

## به نام خداوند بخشنده مهربان

### سخنی با همراهان:

گر خطا گفتیم اصلاحش تو کن  
مصلحی تو ای تو سلطان سخن  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۶۹۳)

با توجه به این که خرد و به‌ویژه خرد جمعی به ما می‌گوید که قبل از دست‌زدن به کاری از هدف و نتیجه آن تصور درست، کاربردی و سودمند داشته باشیم؛ در ابتدای امر می‌خواهیم هدف از خلاصه‌نویسی برنامه‌های گنج حضور را به‌درستی درک کنیم و برای رسیدن به آن رویه‌ای متعهدانه و درعین حال متعادل و منطقی درپیش گیریم تا اُس و اساس کار را فدای مسائل فرعی نکنیم. هدف از فعالیت این کارگروه، دسترسی سریع‌تر به همه مفاهیم اساسی، هسته‌ای و طرح کلی هر برنامه با امکان تکرار بیش‌تر برای دوست‌داران این برنامه معنوی است که منطبق و موازی با سخنان آقای پرویز شهبازی است. لذا بر آن شدیم تا با حفظ اصل امانت‌داری و همچنین رعایت قواعد و اصول حاکم بر دستور زبان فارسی در حد بضاعت، فعالیتی تحت عناوین خلاصه، چکیده، گزیده و یا در قسمت‌های دیگر گلچینی از مطالب عنوان‌شده در برنامه را تدوین کرده و در دسترس عموم قرار دهیم. در پایان یادآور می‌شویم مسئولیت این امر به عهده کارگروه خلاصه‌نویسی می‌باشد.

با تشکر و سپاس فراوان:

کارگروه خلاصه‌سازی برنامه‌ها



# ۱۵۱

برنامه

گلچین  
حضور

اجرا: آقای پرویز شهبازی

تاریخ اجرا: ۱۴۰۳/۷/۱۱

www.parvizshahbazi.com

خلاصه ابیات غزل برنامه ۱۰۱۵، گنج حضور، پرویز شهبازی  
متن ابیات غزل اصلی

ندا رسید به جان‌ها که چند می‌پایید؟  
به سوی خانهٔ اصلی خویش باز آید

چو قافِ قربتِ ما زاد و بودِ اصلِ شماست  
به کوهِ قاف بپَرد خوش، چو عَنقاید

ز آب و گلِ چو چنین کُنده‌ای ست بر پاتان  
به جهد کُنده ز پا پاره‌پاره بگشاید

سفر کنید از این غربت و به خانه رَوید  
از این فراق مَلولیم، عزم فرمایید

به دوغِ گنده و آبِ چَه و بیابان‌ها  
حیاتِ خویش به بیهوده چند فرساید؟

خدای پَرِّ شما را ز جهد ساخته است  
چو زنده‌اید، بجنبید و جهد بنمایید

به کاهلی پر و بالِ امید می‌پوسد  
چو پَرّ و بال بریزد، دگر چه را شایید؟

از این خلاص ملولید و قعرِ این چَه نی  
هلا، مبارک، در قعرِ چاه می‌پایید

ندایِ فَاغْتَبِرُوا بَشْنَوید اُولُوالْأَبْصَارِ  
نه کودکیت، سرِ آستین چه می‌خایید؟

خود اعتبار چه باشد، به جز ز جو جستن؟  
هلا، ز جو بجهید آن طرف، چو بُرناید

درون هاون شهوت چه آب می‌کوبید؟  
چو آبتان نَبُود، بادِ لاف پیماید

حُطام خواند خدا این حشیشِ دنیا را  
در این حشیش چو حیوان چه ژاژ می‌خاید؟

هلا، که باده بیامد، ز خُم برون آید  
پی قَطایف و پالوده، تن بپالاید

هلا، که شاهدِ جان آینه همی‌جوید  
به صیقل آینه‌ها را ز زنگ بزداید

نمی‌هَلند که مَخَلَص بگویم این‌ها را  
ز اصلِ چشمه بجوید آن، چو جوید

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۹۴۵)

مقدمه:

۱- قرار بر این است که در خواندن غزلها وقتی یک بیت را می‌خوانیم، این قدر آن را تکرار کنیم که اولاً واژه‌ها و عباراتی را که دارای معانی لطیف هستند پیدا کنیم. دوماً بتوانیم آن را از حفظ بخوانیم. اگر نتوانیم، معنایش این است که آن بیت خودش را برای ما نشان نداده و در ما جا نیفتاده است.

۲- تکرار سبب تعهد و سبب این می‌شود که بیت، معنایی را که حمل می‌کند به ما نشان دهد و ما آن را جذب و درک کنیم، عیبمان را بشناسیم و بفهمیم چه چیزی را باید اصلاح کنیم. اگر سریع از ابیات بگذریم این را نخواهیم فهمید. علاوه بر این وقتی بیت را خوب می‌خوانیم ممکن است حدس بزنیم بیت بعدی راجع به چه می‌تواند باشد، زیرا این ابیات ارتباط معنایی دارند و جدا از هم نیستند. بدین ترتیب غزل به صورت یک تصویر یا تابلوی زیبا خودش را به ما نشان می‌دهد.

۳- استاد پس از توضیح ابیات غزل، تعدادی بیت از مثنوی و دیوان شمس می‌آورند که به ما ثابت شود مولانا درست می‌گوید؛ زیرا اگر کسی به عنوان من‌ذهنی برنامه را تماشا می‌کند، نسبت به آن مقاومت و عدم پذیرش دارد چون فکر می‌کند اصلاً شاید درصد بالایی از این حرف‌ها غلط باشد. در نتیجه آوردن شواهد مثال از جاهای مختلف مثنوی که مولانا یک جور دیگر همان مطلب را گفته، فرد را متقاعد می‌کند که این حرف‌ها درست است تا ذهنش اجازه دهد که وارد وجودش شده و بالاخره تبدیل به عمل شود و غیر از این چاره‌ای برایش نمی‌ماند.

۴- منظور از برنامه‌ی گنج حضور این نیست که ما با داشتن من‌ذهنی آدم بهتری بشویم یا باورها و طرز عملمان را عوض کنیم تا باور بهتری داشته باشیم. منظور، تبدیل یک هشیاری به هشیاری دیگر است. آنچه در تبدیل عوض می‌شود، دید ماست. تنها دید است که عوض می‌شود.

ندا رسید به جان‌ها که چند می‌پایید؟

به سوی خانه اصلی خویش باز آیید

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۹۴۵)

پاییدن: درنگ کردن، پایدار ماندن.

از طرف زندگی به جان انسان‌ها ندا می‌رسد که چقدر در فضای ذهن معطل می‌کنید؟ چرا به سوی من نمی‌آیید؟ با فضاگشایی و عدم کردن مرکز به خانه اصلی خودتان برگردید تا شما را کمک کنم که خانه فرعی ذهن را رها کنید.

نکته ۱:

از این بیت معلوم می‌شود ما یک خانه اصلی داریم و یک خانه فرعی. باید از خودمان بپرسیم چرا باید به خانه اصلی‌مان برگردیم و چرا این قدر در برگشتن و رفتن به آن عاجز هستیم؟

نکته ۲:

ما دو جور ندای خداوند را می‌شنویم، یا ندای اولیه و اصلی را می‌شنویم یا انعکاسش را؛ مثلاً اگر من ذهنی داشته باشیم، پیغامی خشن به صورت درد یا خشم می‌آید که این در واقع انعکاس ندای زندگی است.

نکته ۳:

دو جور جان داریم، یکی جانی که قبل از ورود به این جهان داشتیم و جان زندگی است. دومی جان ذهنی است که بیشتر مردم با من ذهنی و دردها تجربه‌اش می‌کنند و دچار کاهش یا افزایش می‌شود.

نکته ۴:

ما به دلایل مختلفی مثل تقلید از جمع، قرین بد، آوردن چیزهای بیرونی و ذهنی به مرکزمان، عدم تمرکز روی خودمان و تمرکز روی دیگران به خانه اصلی‌مان بر نمی‌گردیم. اصولاً سبک زندگی ما این است که حواس و تمرکزمان روی بیرون از خودمان باشد.

نکته ۵:

معنی «چند» در بیت این است که چقدر باید درد بکشم تا خودم را متقاعد کنم که باید بروم؟ اگر فضاگشایی نکنم و فقط به طور سطحی بدانم و بفهمم که باید بروم ولی نروم، کوتاهی کرده‌ام و درد خواهم کشید.



چو قافِ قربتِ ما زاد و بودِ اصلِ شماست  
به کوهِ قافِ بپرید خوش، چو عنقااید  
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۹۴۵)

قربت: نزدیکی.

زاد و بود: کنایه از هست و نیست و تمام سرمایه و اسباب.

کوه قاف: نام کوهی در افسانه‌ها که می‌پنداشتند سیمرغ بر فراز آن آشیانه دارد.

عنقا: سیمرغ.

[از زبان زندگی به انسان‌ها می‌گوید:] از آن‌جا که بلندی و وسعت و عمق وحدت با من، زاد و بوم اصلی شماست، یعنی شما پیش من و از من زاده شده‌اید و همین‌جا هم باید زندگی کنید و این من‌ذهنی شما حادث است و با مرگ جسمی شما می‌ریزد، پس با شادی و خوشی و نه با آه و ناله یا هیجانات منفی من‌ذهنی پرواز کنید، چون شما عنقا هستید.

نکته ۱:

«قربت» یعنی نزدیکی و در این‌جا یعنی یکی شدن. «قاف» یعنی کوه قاف و منظور بی‌نهایت خداست که سه جور تصور می‌شود. یکی بی‌نهایت بلندی یعنی تا حدی بالا برویم که کشش هیچ همانندگی‌ای به ما نرسد و به او نزدیک شویم؛ دوم بی‌نهایت وسعت و فضاگشایی و سوم بی‌نهایت عمق و ریشه‌داشتن در زندگی. ابدیت خداوند نیز یعنی این لحظه ابدی.

نکته ۲:

در حال حاضر ما «قافِ قربت» را نمی‌توانیم به‌طور کامل تجربه کنیم، ولی هرچه اجازه دهیم فضا باز شود، یک خرده هم که باز شود، تجربه قافِ قربت است.

نکته ۳:

مولانا در این بیت از زبان خداوند به انسان‌ها می‌گوید که باید خیلی بالا بیایید و روزی برسد که دیگر همانندگی‌هایی مثل پول، انسان، مقام و دردها شما را به سمت خودشان نکشند.

نکته ۴:

مولانا نمی‌گوید مانند عنقااید، بلکه می‌گوید خودِ عنقا شوید. عنقا در واقع جوهر ما و هشپاری خالص ماست که از همانندگی‌ها آزاد می‌شود و با عقل و صنع و طرب خدا از فضای ذهن پرواز می‌کند.

## ز آب و گل چو چنین کُنده‌ای ست بر پاتان به جهد کُنده ز پا پاره پاره بگشایید

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۹۴۵)

کُنده: هیزم، قسمت پایین درخت، قطعه چوبی که برای شکنجه به پای زندانیان می‌بستند.

از آن جا که آب و گل یعنی هشیاری جسمی و همانندگی‌ها، مثل آهن یا کُنده‌ای سنگین با زنجیر بر پای هشیاری اصلی شما بسته شده و مانع حرکت شماست، باید با جهد و فضاگشایی و کوشش، آن را نه یک دفعه بلکه تکه تکه از پای خود باز کنید و آزاد شوید.

**نکته ۱:**

تمام اقدامات من‌ذهنی ضد جهد است چون با سبب‌سازی و برحسب هشیاری جسمی است. جهدی که مولانا به آن اشاره دارد، جهد فضاگشایی، خاموشی، صبر، شکر، پرهیز، عدم توقع از دیگران و کار روی خود برحسب هشیاری نظر است.

**نکته ۲:**

خیلی‌ها منتظرند یکی بیاید کنده را از پایشان باز کند. اما انسان خودش باید این همانندگی‌ها را که به صورت کُنده درخت درآمده، پس از شناسایی از پای زندگی‌اش تکه تکه باز کند. مثلاً اگر پنجاه‌تا درد دارد و ترکیب این‌ها ذهنش را فرا گرفته، خودش و نه شخص دیگری باید فضا را باز و یکی یکی این‌ها را شناسایی کند و بیندازد.

## سفر کنید از این غربت و به خانه روید

از این فراق مَلولیم، عزم فرمایید

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۹۴۵)

مَلول: اندوهگین، دلتنگ.

با انداختن همانندگی‌ها از غربت فضای ذهن سفر کنید و به خانه اصلی‌تان که فضای گشوده شده است بروید. شما به ذهن رفته‌اید و من از این جدایی ملول هستم، چون می‌خواستم شادی بی‌سببم را از طریق شما تجربه کنم. پس عزم فرمایید، تصمیم بگیرید و پیش من بیایید.

**نکته ۱:**

آیا حواسمان به خودمان است که ببینیم سفر می‌کنیم یا نه؟ چگونه سفر می‌کنیم؟ واقعاً آثار سفر در ما پیداست؟ سفرمان مثل قوم موسی در بیابان ذهن است یا واقعی است؟



نکته ۲:

می‌بینیم مولانا از زبان خدا می‌گوید «عزم فرمایید» یعنی بفرمایید تصمیم بگیرید و حتماً به خانه اصلی‌تان تشریف بیاورید. خدا مثل من‌ذهنی بی‌ادب نیست و مؤدبانه حرف می‌زند چرا که دارد با ما که از جنس خودش هستیم صحبت می‌کند. درحالی‌که ما با حماقت‌های من‌ذهنی هم خودمان را آورده‌ایم پایین و هم خداوند را.

### به دوغ‌گنده و آب‌چَه و بیابان‌ها حیاتِ خویش به بیهوده چند فرساید؟ (مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۹۴۵)

گنده: بدبو.

فرسایدن: فرسودن، نابود کردن.

در بیابان بی آب و علف ذهن که در آن فقط درد و مسئله و گرفتاری هست، با دوغ‌گندیده دردهای من‌ذهنی و آبی که از ته‌چاه همانندگی‌ها می‌گیرید، چرا این‌قدر زندگی خود را بیهوده و بی‌ثمر فرسوده می‌کنید و هیچ کار سازنده‌ای انجام نمی‌دهید؟

نکته ۱:

وقتی فضا را باز می‌کنیم شراب مست‌کننده زندگی و شادی بی‌سبب از آن‌ور می‌آید. فضا را که می‌بندیم، دوغ‌گندیده دردهای کهنه که در مقابلِ می زندگی است، نصیبمان می‌شود.

نکته ۲:

ما حتی عمر کامل هم نمی‌توانیم بکنیم. برخی از ما در چهل‌سالگی سخته کرده و می‌میریم. چرا این‌قدر فشار تحمل می‌کنیم؟ چکار می‌خواهیم بکنیم؟ چرا از این غربت و از خانه‌ذهن به خانه خود سفر نمی‌کنیم؟

نکته ۳:

خدا در درون ما چشمه‌ای از آب حیات درست کرده که با فضاگشایی از آبِ عالی و تمیز آن بهره‌مند می‌شویم. پس چرا از ته‌چاه همانندگی‌ها آب‌گندیده می‌خوریم؟ اگر این دردهای جمعی و فردی را ایجاد کرده و زندگی‌مان را فرسوده می‌کنیم، برای این است که خود اصلی‌مان یا خدا را نمی‌شناسیم.

## خدای پَرّ شما را ز جهد ساخته است

### چو زنده‌اید، بجنبید و جهد بنمایید

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۹۴۵)

خداوند پَرّ شما را از جهد و تلاش ساخته و باید از طریق فضاگشایی، خدمت واقعی به خود و دیگران و تحمیل نکردن خود به دیگران، شمع عشق خود را روشن و روی خودتان کار کنید و این همان جهد است. پس اگر از جنس خدا هستید و در فرم زنده‌اید، فضا را باز کنید و بجنبید و در این راه حرکت و تلاش کنید.

**نکته ۱:**

هر لحظه که فضاگشایی می‌کنید این یک خدمت و جهد است. همچنین صبر، خویش‌داری، انعطاف، احترام به دیگران، وادار نکردن آن‌ها به هیجان‌ات من‌ذهنی، نداشتن پندار کمال و ناموس و درد، تکرار ابیات و رعایت قانون جبران مادی و معنوی همه در طیفِ جهد هستند.

**نکته ۲:**

ما باید از این ذهن برویم و گرنه نمی‌توانیم زندگی‌مان را درست کنیم. موانع خیلی زیاد است و اولین مانع هم من‌ذهنی خودمان است. پَرّ ما از تلاش است و باید تلاش و جهد کنیم. برای این کار باید جبران اشتباهات گذشته را بدون ملامت و بدون رفتن به جبر و انداختن تقصیر گردن دیگران انجام دهیم.

## به کاهلی پر و بال امید می‌پوسد

### چو پَرّ و بال بریزد، دگر چه را شایید؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۹۴۵)

شاییدن: شایسته و سزاوار بودن.

با کاهلی، تنبلی و میل کردن به جبر، با چهارچوب و قواعد من‌ذهنی عمل کرده‌اید و پس از مدتی شکست می‌خورید، در نتیجه پر و بال امید می‌پوسد و می‌ریزد. در این صورت دیگر به چه درد می‌خورید و شایسته چه هستید؟

**نکته ۱:**

کاهلی یعنی نمی‌توانم و نمی‌شود؛ یعنی تنبلی و عدم اجرای قانون جبران؛ یعنی این که توجه ما به این کار و تمرکز ما روی خودمان نیست و لازم نمی‌دانیم تغییر کنیم و زندگی فعلی را که همراه با درد است قبول داریم. وقتی ابیات را تکرار نمی‌کنیم کاهل هستیم.

نکته ۲:

امید را کسی از دست می‌دهد که مقدار زیادی درد ایجاد کرده و روابطش با دیگران خراب شده و بدنش نیز خراب است. چرا باید بگذاریم به آنجا برسد؟

نکته ۳:

ما به منظور زنده شدن به بی‌نهایت و ابدیت او به این جهان آمده‌ایم و اگر پر و بال پروازمان به سوی خداوند بریزد و امیدمان را از دست بدهیم و همچنان با خروب زندگی کنیم، دیگر به هیچ درد نمی‌خوریم.

از این خلاص ملولید و قعر این چَه نی

هلا، مبارک، در قعر چاه می‌پایید

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۹۴۵)

از خلاص شدن از دست من ذهنی و غم‌ها و دردها و مسئله‌سازی او ملول هستید و می‌گویید نمی‌خواهم خلاص شوم و حوصله ندارم، اما از ته این چاه همانندگی‌ها ملول نیستید. خیلی خوب، مبارکتان باشد! ماندن در قعر چاه همانندگی‌ها را ادامه بدهید.

نکته:

آیا عقل ما می‌گوید که از دردها، همانندگی‌ها و فکر کردن برحسب آن‌ها آزاد نشویم و آزادی را دوست نداشته باشیم؟ آیا از مسئله درست کردن و درد کشیدن و بیل زرين را توی حدث فرو کردن ملول نشده‌ایم؟ یعنی حاضریم رحمت اندر رحمت او به قهر تبدیل شود؟

ندایِ فَاَعْتَبِرُوا بَشْنُوید اُولُوْاْاَبْصَار

نه کودکی، سر آستین چه می‌خاید؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۹۴۵)

فَاَعْتَبِرُوا: عبرت بگیرید. اشاره به آیه ۲، سوره حشر (۵۹).

اُولُوْاْاَبْصَار: صاحبان بصیرت، مردمان روشن‌بین. اشاره به آیه ۲، سوره حشر (۵۹).

خاییدن: جویدن، چیزی را با دندان نرم کردن.

ای صاحبان بصیرت و مردمان روشن‌بین، ندای آیه «فَاَعْتَبِرُوا» را بشنوید که می‌گوید «عبرت بگیرید». شما که کودک نیستید، پس سر آستین پیراهن من ذهنی را برای چه می‌جوید؟ چرا برحسب من ذهنی می‌بینید و کار بیهوده می‌کنید؟

**نکته ۱:**

ما همه اهل بصیرت هستیم، ولی فضا را باز و مرکز را عدم نمی‌کنیم و مرکزمان با جسم‌هایی که به آن آمده کور شده است.

**نکته ۲:**

خداوند با این آیه می‌خواهد ما لحظه‌به‌لحظه پیغامش را یاد بگیریم و ندای زندگی را بشنویم، مثلاً از خود بپرسیم چرا الآن خشمگینم؟ حال این لحظه من چه پیغامی دارد؟

(قرآن کریم، سوره حشر (۵۹)، آیه ۲)

...فَاعْتَبِرُوا يَا أُولِيَ الْأَبْصَارِ...»

«...پس ای اهل بصیرت، عبرت بگیرید.»

**خود اعتبار چه باشد، به جز ز جو جستن؟**

**هلا، ز جو بجهد آن طرف، چو بُرناید**

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۹۴۵)

جستن: جهیدن، خیز کردن.

بُرنا: جوان.

اعتبار یا عبرت گرفتن از پیغام خداوند و یادگیری از آن، جستن از جوی ذهن است. پس آگاه باشید و اگر می‌خواهید چیزی یاد بگیرید، از جوی ذهن به آن طرف بجهد، برای این که جوان هستید و در واقع به محض باز کردن فضا بُرنا و جوان می‌شوید.

**نکته ۱:**

با خود عهد کنیم هر حرفی که بر اساس سبب‌سازی می‌زنم یا با آن گذشته را زنده می‌کنم، یاوه است و صنع نیست، پس نمی‌خواهم آن را بشنوم و دیگر به حرف سبب‌سازی ذهنم گوش نمی‌دهم. این همان جستن از جوی است.

**نکته ۲:**

این جوی ممکن است به چندین قسمت تقسیم شده باشد. پس اعتبار و یادگیری این است که همین الآن، حداقل از یکی از آنها، مثلاً یک همانندگی، یک فکر یا یک سبب‌سازی بجهدیم و اگر می‌توانیم از همه‌اش بجهدیم.

## نکته ۳:

کسی که واقعاً می‌خواهد از جوی بجهد فروتن است، تمرکزش فقط روی خودش است، دیگران را قبول دارد و با احترام با آنها صحبت می‌کند و از پندار کمال و ناموس و سلطه دردها پایین می‌آید.

## نکته ۴:

ما تا وقتی فضاگشایی کنیم، پیر نمی‌شویم. تن جسمی ما پیر می‌شود، ولی جان ما پیر نمی‌شود و همیشه جوان می‌ماند. پس همیشه می‌توانیم از جوی به آن طرف بجهیم. این خیلی خوب است که در جوانی بجهیم. خوشبختانه امروزه جوانان خروب را می‌کنند و با فضاگشایی مسئولیت دردها و گرفتاری‌هایشان را برعهده می‌گیرند و با صنع و طرب از جوی می‌جهند.

## درونِ هاونِ شهوت چه آب می‌کوبید؟

## چو آبتان نبود، بادِ لاف پیمایید

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۹۴۵)

آب در هاون کوبیدن: کار بیهوده کردن.

لاف: گفتار بیهوده و گزاف.

درونِ هاونِ شهوت که ذهن شماست، چرا آب می‌کوبید و کار بی‌نتیجه می‌کنید؟ اگر فضا را باز نکنید و آب حیات و هشیاری خالص نداشته باشید، در این صورت باید بادِ لاف و دروغ را بپیمایید، یعنی مرتب ادعای دروغین کنید که دارید زندگی می‌کنید.

## نکته ۱:

آب در هاون کوبیدن ضرب‌المثلی به معنای کار بیهوده کردن است. پس اگر کسی مرتب همانندگی‌ها را به مرکزش می‌آورد و برحسب آنها فکر می‌کند و مرتب در چالش این است که از آنها زندگی و شیره بکشد، دارد وقتش را تلف می‌کند و این کار نتیجه ندارد.

## نکته ۲:

ما مرتب بادِ دروغ می‌پیماییم، یعنی هیچ لذتی از این زندگی نمی‌بریم. همانندگی‌مان که زیاد می‌شود، می‌گوییم زندگی‌مان زیاد شده و خوشبختیم، در حالی که از درون ملول و گرفته هستیم و بیرونمان خراب است. شرط لذت بردن، خوب بودن حال من اصلی است و خوب و بد شدن حال من ذهنی بی‌فایده است.

## حُطام خواند خدا این حشیشِ دنیا را در این حشیشِ چو حیوان چه ژاژ می‌خایید؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۹۴۵)

حُطام: خُرده و ریزه گیاه که زیر پا می‌ریزد، مجازاً مال و ثروت.

حشیش: گیاه خشک، مال بی‌ارزشِ دنیا، اشاره به آیه ۲۰، سوره حدید (۵۷).

ژاژ خاییدن: سخنان بی‌مزه، بیهوده و بی‌معنی گفتن.

خدا این علف خشک دنیا را به نام «حُطام» یا چیز بی‌ارزش نامید [و از شما انسان‌ها خواست که این چیز بی‌ارزش را به جای خدا در مرکزتان نگذارید] پس چرا این‌ها را در مرکزتان گذاشته و مثل حیوان آن را می‌خورید؟ چرا به گفتار بیهوده من ذهنی روی می‌آورید؟

نکته ۱:

تمام چیزهایی که ذهن نشان می‌دهد، حشیش دنیاست، چون مانند علف خشک است و هرگز نمی‌توان از آن شیره زندگی کشید. شیره زندگی را فقط با فضاگشایی و وحدت مجدد با زندگی می‌شود به دست آورد.

نکته ۲:

وقتی فضا را می‌بندیم و از طریق ذهن، فکرهای همانیده می‌کنیم، این فکرها ما را تسخیر می‌کنند و مثل حیوان می‌شویم. بنابراین توانایی انتخاب این‌که فضاگشایی کنیم و به عشق یا وحدت مجدد با زندگی زنده شویم، از بین می‌رود.

نکته ۳:

تمام حرف‌های ذهن که با سبب‌سازی ساخته می‌شود، ژاژ است و در مقابل آن صُنْع قرار دارد که این لحظه از فضای گشوده‌شده زندگی می‌آید.

(قرآن کریم، سوره حدید (۵۷)، آیه ۲۰)

«... وَ مَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا مَتَاعُ الْغُرُورِ.»

«... و زندگی دنیا جز متاعی فریبنده نیست.»



هلا، که باده بیامد، ز خُم برون آید

بی قَطایف و پالوده، تن بپالایید

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۹۴۵)

قَطایف: نوعی حلوا.

پالوده: فالوده، نوعی خوراکی شیرین.

پالودن: پاک کردن، صاف کردن.

از این مژده آگاه باشید که با فضاگشایی شما باده آب حیات از آنور و از طرف زندگی آمده، بنابراین از خُمِ ذهن بیرون بیایید و برای برکات شیرین درونی و بیرونی یعنی هشیاری خالصی که انعکاس بیرونی‌اش چیزهای زیباست، تن و ذهن را پالایش دهید و تمیز کنید. [اگر ویرگول بعد از خُم قرار بگیرد، معنایش این می‌شود که باده‌ی الهی از خُمِ زندگی بیرون آمد، پس ای انسان‌ها از ذهن بیرون بیایید.]

**نکته:**

باید خوشحال باشیم که اگر این غزل را عمل کنیم، هم از آنور می‌آید و هم ما از ذهن بیرون می‌آیم و به دنبال شیرینی‌های زندگی تنمان را از همانیدگی‌ها و دردها تمیز می‌کنیم.

هلا، که شاهدِ جان آینه همی‌جوید

به صیقل آینه‌ها را ز زنگ بزدایید

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۹۴۵)

زُدودن: پاکیزه ساختن، صاف و روشن کردن.

از این خبر خوش آگاه باشید که شاهدِ جان یعنی خداوند جویای آینه مرکز شماس است و می‌خواهد شما آینه شده و خودتان تبدیل به شاهد جان شوید. پس بیایید آینه دل‌هایتان را با صیقل دادن و زدودن زنگ‌ها که شناسایی و انداختن همانیدگی‌ها و دردهاست، پاک کنید.

**نکته:**

وقتی شاهد می‌شویم، آینه هم می‌شویم و همه‌چیز را با «طِمِّم و رِمِّم» می‌بینیم. پس آدم‌ها، من‌ذهنی‌شان و زندگی‌شان را می‌بینیم. همچنین جوهر خودمان را به صورت زندگی می‌بینیم و اگر قسمت‌هایی از من‌ذهنی‌مان مانده باشد، آن را هم همراه هیجان‌اتش می‌بینیم.

نمی‌هیند که مَخْلَص بگویم این‌ها را  
ز اصلِ چشمه بجوید آن، چو جو یابید  
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۹۴۵)

هیندن: اجازه دادن، گذاشتن.

مَخْلَص: خلاصه کلام، چکیده سخن.

زندگی از آن‌ور به من اجازه نمی‌دهد که این‌ها را خلاصه بگویم. [من فقط در سطح ذهن به شما اطلاعات دادم و همه‌چیز را در این غزل نگفتم، چون مطلب گسترده‌تر از این است.] اصل چشمه در درون شماست. کافی است فضا را باز کنید و همه‌چیز را از آن‌جا جست‌وجو کنید و بیاورید.

**نکته ۱:**

اصل ما به‌عنوان هشیاری از آن‌ور آمده و همه‌مان جو یا هستیم. البته الآن به اشتباه در ذهن جو یا هستیم و با من ذهنی، زندگی را که خودمان هستیم، در چیزها جست‌وجو می‌کنیم.

**نکته ۲:**

منظور این نیست که شما این غزل را خوب به فارسی معنی کنید، بلکه این غزل باید سبب شود که اصل چشمه در درونتان باز شده و همه‌چیز از آن‌جا بیاید، هم شادی، هم صنع و هم باده مست‌کننده زندگی.

## متن ابیات مثنوی، دیوان غزلیات و آیات برنامه شماره ۱۰۱۵

چون ز زنده مُرده بیرون می‌کند

نفس زنده سوی مرگی می‌تند

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۰)

می‌تند: از مصدرِ تنیدن، در این‌جا یعنی می‌گراید.

خداوند که زنده جاوید است، طبق قانون «قضا و کُنْ فکان» لحظه‌به‌لحظه می‌خواهد از زنده بودن و جنسیت خودش، مُردگی من‌ذهنی را بیرون کند. در نتیجه من‌ذهنی دائماً به خودش ضرر می‌زند، حول مرگ و خودکشی می‌تند و میل به نابودی دارد. [به عبارت دیگر ما به عنوان من‌ذهنی دائماً به خودمان لطمه می‌زنیم و خرابکاری می‌کنیم].

«بیت هندسی»

**نکته ۱:** شما باید این ابیات را بخوانید و از خودتان بپرسید من برای چه در ذهن مانده‌ام؟ اولین شرط خارج شدن از ذهن این است که شما ابتدا حداقل در سطح ذهن یعنی با فکر کردن و سبب‌سازی، خودتان را متقاعد کنید که ذهن جای زندگی نیست و بگویید تمام مصیبت‌ها، دردها و مسائلی که بر سرم ریخته من خودم با من‌ذهنی ایجاد کرده‌ام؛ بنابراین شما باید این ابیات را حفظ کنید، تکرار کنید تا متقاعد کردن خودتان و این حالت که آماده هستید از ذهن بیرون بروید از بین نرود.

**نکته ۲:** من‌ذهنی چیز لازمی نیست. موقع ورود به این جهان تا هفت، هشت یا ده‌سالگی لازم است ولی بعد از آن لازم نیست. بعد از آن ما باید به صنع و طرب دست بزنیم؛ اصلاً انسان یعنی صنع و طرب. هر فکری باید خلاق باشد و همین‌الآن از پیش خدا بیاید. ما باید تماماً زیر اداره قضا و کُنْ فکان و خِرَد کل باشیم.

هست مهمان‌خانه این تن، ای جوان

هر صباحی ضیفِ نو آید دوان

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۴)

ضیف: مهمان.

ای انسان، این بدن و ذهن تو مانند مهمان‌خانه‌ای است که هر لحظه مهمانی جدید با بوی خوش و دم زنده‌کننده از طرف زندگی در قالب یک فکر و یا یک اتفاق، شتابان به آن‌جا می‌آید تا پیغامی را به تو برساند.

«بیت هندسی»

هین مگو کاین ماند اندر گردنم

که هم‌اکنون باز پرد در عدم

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۵)

پیغام زندگی می‌تواند ناکامی و بی‌مرادی باشد، پس مبادا در برابر وضعیت این لحظه واکنش نشان دهی، خشمگین شوی، مقاومت کنی و چون آن اتفاق با فکر، طرح و زرنگی تو جور نیست، بگویی این اتفاق در گردنم ماند و حالم را بد کرد؛ زیرا در این صورت بدون آن‌که پیغامش را برساند برمی‌گردد و به فضای عدم می‌پرد.

«بیت هندسی»

هرچه آید از جهان غیب‌وش

در دلت ضیف است، او را دار خوش

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۶)

هر فکر یا اتفاقی که در این لحظه از جهان غیب توسط قضا و کُن‌فکان به مرکزت می‌آید، فارغ از این‌که ذهن چطور آن را نشان می‌دهد، مهمانی از طرف زندگی‌ست؛ بنابراین با فضاگشایی خوش‌آمد بگو و با احترام از او پذیرایی کن تا پیغامش را که درواقع کمک به شناسایی یک همانندگی‌ست بگیری.

«بیت هندسی»

**نکته:** تمام پیغام‌های عالی زندگی که لحظه‌به‌لحظه می‌آید، به علت غفلت و بی‌توجهی ما به درد و ناله تبدیل می‌شود. مثلاً ما دائماً اعتراض می‌کنیم که چرا من به کامم نرسیدم، مرتب همه‌چیز را گردن خداوند، مردم و یا همسرمان می‌اندازیم، در حالی که این پیغام رسیده تا به ما بگوید که اشتباهمان چیست اما ما توجه نمی‌کنیم.

لیک حاضر باش در خود، ای فتی

تا به خانه او بیابد مر تو را

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۶۴۳)

فتی: جوان‌مرد، جوان.

اما تو ای انسان، هر لحظه با فضاگشایی در خودت حاضر باش، یعنی به آنچه ذهن نشان می‌دهد اهمیت نده، مشغول سبب‌سازی نباش، به صورت حضور ناظر از ذهنت بیرون بیا و پا به فضای

گشوده‌شده درونت بگذار تا وقتی زندگی می‌خواهد پیغام اتفاق این لحظه را به تو برساند، به صورت فضای گشوده‌شده در مرکزت بیاید و هشیاری از هشیاری آگاه گردد.

**نکته:** وقتی من‌ذهنی داریم، پیغام خداوند خشن است؛ چون نمی‌خواهیم پیغام اتفاق را بگیریم و می‌خواهیم با من‌ذهنی آن را دریافت کنیم.

### ورنه خِلعت را بَرَد او بازپس

#### که نیابدم به خانه هیچ‌کس

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۶۴۴)

خِلعت: لباس یا پارچه‌ای که خانواده داماد به عروس یا خانواده او هدیه می‌دهند، مجازاً هدیه.

وگرنه خداوند لباس حضور را برمی‌دارد می‌برد و می‌گوید که در خانه مرکز انسان هیچ‌کس را به عنوان جنس اصلی خودم نیافتم، تا به او پاداش بدهم و پیغامم را به او برسانم که در این لحظه باید چکار کند؛ زیرا هر لحظه به عنوان من‌ذهنی بلند شده و هشیاری او جذب همانیدگی‌هاست.

### که مرادات همه اشکسته‌پاست

#### پس کسی باشد که کام او رواست؟

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۸)

که مرادات و خواسته‌هایت در من‌ذهنی همگی شکسته‌پا هستند و به درد نمی‌خورند؛ زیرا هنوز فضا باز نشده و تو تبدیل نشده‌ای. پس آیا کسی در من‌ذهنی هست که بخواهد از جسم‌ها کام بگیرد و کامروا شده باشد؟ [نه، حتی یک نفر هم نیست. در صورتی که وقتی تبدیل می‌شوی، می‌بینی که همه‌کس و همه‌چیز خوش‌آیند است.]

**نکته:** آیا وقتی همه مرادهای ما در این جهان شکسته‌پاست نشان نمی‌دهد که از فضای ذهن باید برویم؟ بنابراین باید نتیجه‌گیری کنیم و بگوییم من به هر کاری دست می‌زنم یک دردی پیش می‌آید، موفق نمی‌شوم، برای این‌که فضا را باز نمی‌کنم، برای این‌که در ذهن اقامت کرده‌ام.

## پس شدند اشکسته‌اش آن صادقان لیک کو خود آن شکستِ عاشقان؟

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۹)

انسان‌های صادق و راستگو که هنوز من‌ذهنی دارند نیز وقتی سخنان بزرگان را می‌شنوند ظاهراً شکسته شده و آن را می‌پذیرند اما پذیرش ذهنی آن‌ها با پذیرش عاشقان که از فضای گشوده‌شده می‌آید، فرق دارد. زیرا عاشقان وقتی من‌ذهنی خود را می‌شکنند با زندگی یکی می‌شوند و حقیقتاً مرکزشان را عدم می‌کنند.

## عاقلان اشکسته‌اش از اضطرار عاشقان اشکسته با صد اختیار

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۷۰)

عاقلان به زور و با اجبار شکسته می‌شوند و به ناچار قبول می‌کنند که تسلیم شوند ولی عاشقان با صد اختیار خودشان را شکسته می‌کنند و فضا را باز کرده، گسترده و تسلیم می‌شوند.  
«بیت هندسی»

## عاقلاش بندگانِ بندی‌اند عاشقانش شِگری و قندی‌اند

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۷۱)

عاقلان از روی اجبار بنده و مطیع خداوند می‌شوند، یعنی خداوند آن‌ها را به بند می‌کشد؛ بنابراین مجبور می‌شوند تسلیم شوند ولی عاشقان با میل فضا را باز و مرکز را عدم می‌کنند و از شیرینی و شادی این لحظه و این‌که اختیارشان را به دست زندگی داده‌اند، شاد هستند.  
«بیت هندسی»

**نکته ۱:** اگر بلا سرتان آمده، درست جزو آن‌هایی هستید که بیش از حد در ذهن اقامت کرده‌اید. نه ذهن جای زندگی‌ست و نه آن منی که به نام من‌ذهنی در ابتدای ورود به این جهان درست می‌کنیم، اصل ماست.

**نکته ۲:** بیشتر از هزار برنامه اجرا شده‌است تا مردم به روشنی ببینند که این سبک زندگی با من‌ذهنی در فضای ذهن از طریق همانندگی‌ها، زیاد کردن آن‌ها و از آن‌ها زندگی خواستن درست نیست و باید این سبک زندگی را عوض کنند.



**نکته ۳:** زندگی یا خداوند می‌گوید نمی‌توانید در ذهن زندگی کنید، بلکه شما آفریده شده‌اید که پس از یک مدتی اقامت در ذهن با من متحد شوید و به صنع و طرب من دست پیدا کنید، اندازه‌تان بیشتر شود، از جنس بی‌نهایت و ابدیت شده و بالاخره بیایید و در لحظه ساکن شوید.

**نکته ۴:** اکنون راه را پیدا کرده‌ایم و آن این است که شما باید این شعرها را خودتان تکرار کنید، تکرار کنید، تکرار کنید تا برای خودتان بفهمید. مردم از این راه نتیجه گرفته‌اند.

### اَبْتِیَا كَرَهًا مَهَارِ عَاقِلَانَ اَبْتِیَا طَوْعًا بَهَارِ بِي دِلَانَ

«از روی کراهت و بی‌میلی بیایید، افسار عاقلان است، اما از روی رضا و خرسندی بیایید، بهار عاشقان است.»

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۷۲)

عاقلان کسانی هستند که با کراهت، مقاومت، بی‌مرادی، فضا‌بندی، زور، تنبیه و ریب‌المنون به سوی زندگی می‌روند اما عاشقان آن‌هایی هستند که فضا را باز می‌کنند، با میل و رغبت خود به سوی یکی شدن با خداوند می‌روند و اختیارشان را در اختیار زندگی می‌گذارند.

«بیت هندسی»

**نکته:** فضا گشوده می‌شود، در صورتی که با من‌ذهنی دخالت نکنید، هر لحظه مقاومت و قضاوت نکنید و استنباط شما این باشد که آن چیزی که ذهنتان نشان می‌دهد آفل است و آفل در زندگی شما مهم نیست.

(قرآن کریم، سوره فصلت (۴۱)، آیه ۱۱)

«ثُمَّ اسْتَوَىٰ إِلَى السَّمَاءِ وَ هِيَ دُخَانٌ فَقَالَ لَهَا وَ لِلْأَرْضِ ائْتِيَا طَوْعًا أَوْ كَرْهًا قَالَتَا أَتَيْنَا طَائِعِينَ.»

«سپس به آسمان پرداخت و آن دودی بود. پس به آسمان و زمین گفت: خواه یا ناخواه بیایید. گفتند: فرمان‌بردار آمدیم.»

**توضیح آیه:**

آسمان اصل شماس است که باید باز شود و زمین شما هم ذهن است که باید ساده شود. ذهن باید آن همانندگی‌هایی را که خورده پس بدهد ولی ما نشسته‌ایم و می‌گوییم نه.

## نفس و شیطان هر دو یک تن بوده‌اند در دو صورت خویش را بنموده‌اند

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۵۳)

من‌ذهنی ما و شیطان هر دو یک چیز و از یک جنس هستند، منتها در دو صورت نمایان شده‌اند. یکی شیطان است و دیگری من‌ذهنی ماست. [یکی نیروی همانش در جهان است و یکی در مرکز ما به صورت بافتِ ذهنی‌ست].

«بیت هندسی»

**نکته:** شیطان یک فضای همانیده پُر از درد در بیرون است و نفس ما هم جزئی از آن است که دارای درد و همانیدگی‌ست، مشغول سبب‌سازی بوده و از جنس هشیاری جسمی‌ست.

## چون فرشته و عقل کایشان یک بُدند بهر حکمت‌هاش دو صورت شدند

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۵۴)

مانند فرشته و عقل که یکی هستند اما به خاطر حکمت‌های خداوند به دو صورت نمایان شده‌اند. [فرشته در واقع فرشتگی ماست که می‌گوید نمی‌دانم؛ همان حضور و هشیاری نظر است که وقتی فضا گشوده می‌شود می‌فهمد که باید تابع قضا و قدر و یا قضا و کُن‌فکان باشد و سبب‌سازی کار نمی‌کند. عقل هم همان عقل کل و عقل خداوند است که با فرشتگی ما از یک جنس هستند.]

«بیت هندسی»

## دشمنی داری چنین در سِرِّ خویش مانع عقل است و خصمِ جان و کیش

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۵۵)

در مرکز دشمن پنهانی مانند من‌ذهنی وجود دارد که مانع بروز عقل کل در درونت است. این دشمن پنهان اجازه نمی‌دهد، جان اصلی‌ات به خداوند زنده شود و تو در فضای گشوده با خداوند دیدار کنی.

«بیت هندسی»

## یک نفس حمله کند چون سوسمار

### پس به سوراخی گریزد در فرار

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۵۶)

من ذهنی با دردهایش لحظه به لحظه مانند سوسمار به انسان حمله می‌کند و به او درد می‌دهد اما به محض این‌که انسان بخواهد او را ببیند فرار می‌کند.

**نکته ۱:** چرا حال شما گرفته است؟ چرا مسئله ایجاد می‌کنید؟ چرا در زندگی‌تان این همه موانع دارید و می‌گویید به این علت‌ها من نمی‌توانم زندگی کنم و موفق شوم؟ چه چیزی شما را مأیوس و ناامید می‌کند؟ همین حمله‌های من ذهنی.

**نکته ۲:** اگر شما عزم‌تان را جزم کنید، شروع کنید به کار کردن روی خودتان، به حرف مولانا گوش دهید و بخواهید از من ذهنی به فضای یکتایی بروید، من ذهنی به شما حمله خواهد کرد؛ زیرا مدت‌هاست که شما زیر سلطه شیطان و دیو هستید اما نباید مأیوس شوید، بلکه باید صبر کنید تا این فضا باز شود. صبر کلید است و تا صبر نکنید از حمله‌های من ذهنی نمی‌توانید در امان باشید. این بیت‌ها را تکرار کنید تا هشیاری‌تان بالا برود و با سلیمان وارد دریا شوید تا آن فضای گشوده شده برایتان صد جور زره بسازد و حمله‌های من ذهنی خودتان و من‌های ذهنی دیگر بر شما اثر نکند.

## هم ملک، هم عقل حق را واجدی هر دو آدم را مُعین و ساجدی

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۹۶)

واجد: دارنده، انسان به حضور رسیده، از نام‌های خداوند است، کسی که دارای وجد است.

هم فرشته و هم عقل کل در فضای گشوده شده دارای جنسیت خدایی و تبدیل شده به خداوند هستند، از این رو هر دوی آن‌ها به آدم کمک و تعظیم می‌کنند.

**نکته ۱:** اگر شما فضا را باز کنید دائماً خودتان به خودتان سجده می‌کنید و دائماً خودتان می‌شوید. خداوند هم دائماً خودش می‌شود نه هیچ چیز دیگری. او خلق می‌کند اما جنسیت خودش را از دست نمی‌دهد.

**نکته ۲:** در ضمن خداوند عاشق خودش هم هست. هر موقع شما از جنس او می‌شوید عاشق خودتان می‌شوید، بنابراین می‌توانید عاشق دیگران هم شوید؛ زیرا آن جنسیت را در دیگران هم شناسایی می‌کنید. شما نمی‌توانید انسان‌ها را بکشید و از آن‌ها متنفر شوید، زیرا آن جنس را در آن‌ها می‌بینید. گرچه من ذهنی آن‌ها را هم می‌بینید ولی من ذهنی یک چیز فرعی و حادث است.

**نکته ۳:** انسان زنده به عشق من ذهنی دیگران را جدی نمی‌گیرد، این خیلی مهم است. ما به عنوان من ذهنی با من‌های ذهنی مقابله می‌کنیم، از آن‌ها تقلید می‌کنیم و می‌گوییم چرا این کار را کردی؟ من انتقام می‌گیرم. قانون جبران را به جا می‌آوریم، این غلط است، این نشان می‌دهد که ما من ذهنی داریم.

## نفس و شیطان بوده ز اول واحدی بوده آدم را عدو و حاسدی

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۹۷)

عدو: دشمن.

من ذهنی و شیطان نیز از اول یکی بوده‌اند، در واقع من ذهنی زیر سلطه شیطان است به همین دلیل آن‌ها دشمن فضاگشایی، تبدیل شدن به زندگی و حسدکننده به آدم شدند. [آدم انسانی‌ست که فضا را باز کرده و به بی‌نهایت خداوند زنده شده‌است.]

**نکته:** ما باید بدانیم جنس اصلی ما نمرده بلکه می‌تواند با فضاگشایی به صورت خورشید از مرکز ما طلوع کند.

آن که آدم را بدن دید، او رمید  
و آن که نور مؤتمن دید، او خمید  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۹۸)

مؤتمن: مورد اعتماد.

هر کسی که هشیاری جسمی داشته باشد و آدم را جسم و فکر ببیند مانند ابلیس نسبت به او اظهار نفرت می‌کند. اما هر کسی که آدم را نور قابل اعتماد و امتداد زندگی ببیند مانند فرشتگان به او سجده می‌کند. [آدم در این جا حضرت آدم است که همه ما انسان‌ها هم مثل او هستیم. تنها کاری که او کرده فضا را گشوده و متوجه شده که با فضا بندی و گذاشتن چیزها در مرکزش به خودش ستم کرده است.]

آن دو، دیده‌روشان بودند از این  
وین دو را دیده ندیده غیر طین  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۹۹)

طین: گل.

فرشته و عقل در فضای گشوده شده درک کردند که انسان فقط جسم نیست بلکه از جنس آست است، بنابراین چشمانشان از این حقیقت روشن شد. اما من‌ذهنی و شیطان با فضا بندی در ذهن انسان را چیزی جز جسم و هشیاری جسمی ندیدند.

**نکته:** ما هیچ موقع نباید با شیطان و نفسمان مشورت کنیم، زیرا در ذهن برحسب همانیدگی‌ها می‌بینیم. در صورتی که ما هر لحظه این کار را می‌کنیم و هیچ کاری با قضا و کُنْ فکان، عقل کل و طرب و صنع نداریم. این باعث می‌شود به صورت فردی و جمعی مسائل زیادی برای خودمان به وجود بیاوریم. من‌ذهنی خاصیتی دارد که گردن دیگران می‌اندازد، زیر بار مسئولیت نمی‌رود و با پندار کمالی که درست می‌کند فکر می‌کند که ایرادی ندارد و هر اشکالی هم هست از دیگران، وضعیت‌ها و خداوند است. در حالی که ما به عنوان من‌ذهنی دائماً زیر فرمان شیطان عمل می‌کنیم.

لیک نفسِ نحس و آن شیطانِ زشت  
می‌گشندت سویِ کفران و کینشت  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۹۱۵)

کینشت: در این جا یعنی بت‌خانه.

اما من ذهنی نحس و شیطان زشت دائماً تو را به سوی دیدن برحسب همانیدگی‌ها و فضای ذهن که بتخانه است سوق می‌دهند. [من ذهنی نحس است یعنی تا وقتی که انسان در فضای ذهن است، اتفاقات بد برای او می‌افتد.]

**نکته:** در فضای ذهن ما دینداری حقیقی نداریم مثلاً به جای تأنی و صبر، ما تعجیل، شتاب و زمان روان‌شناختی داریم. از زمان اصلی که این لحظه است و زمان «قضا و کن‌فکان» که همراه با صبر است خبر نداریم. ما اجازه نمی‌دهیم مثل گل باز شویم. مثل این است که به یک غنچه گل بگوییم که دو دقیقه به تو فرصت می‌دهم باز شوی، وگرنه تو را قطع می‌کنم. چنین چیزی نیست، آن با زمان خاص زندگی که تعیین کرده و با آهنگ او حرکت می‌کند. ما هم با آهنگ «قضا و کن‌فکان» و زندگی حرکت می‌کنیم، با صنع و طرب او نه با قوانین من‌ذهنی.

## نفس و شیطان خواست خود را پیش بُرد و آن عنایت قهر گشت و خرد و مُرد

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۹۱۹)

خُرد و مُرد: ته بساط، چیزهای خُرد و ریز.

نفس و شیطان با قضا و کن‌فکان، فضاگشایی و صنع و طرب خداوند کاری ندارند و کار خودشان را با سبب‌سازی پیش می‌برند. به همین دلیل لحظه‌به‌لحظه عنایت خداوند و رحمت اندر رحمت او در اثر ماندن ما در ذهن تبدیل به قهر، درد و «خُرد و مُرد» می‌شود. [«خُرد و مُرد» یعنی ته بساط. چیزهای بد من‌ذهنی، دردها و همانیدگی‌ها، رنجش و کینه از گذشته، انتقام‌جویی، حسادت، خشم، نگرانی، اضطراب و حس خبط.]

**نکته ۱:** شیطان همان نیروی همانش و درد جهان است که در این جهان زندگی می‌کند.

**نکته ۲:** ما در حالی که همانیده هستیم در یک فضای توهمی دست به سبب‌سازی می‌زنیم، یعنی کار علت و معلول می‌کنیم. این سبب‌سازی خیلی موقع‌ها هم جور در نمی‌آید برای این‌که مرادات ما «اشکسته پاست». ما یک کار خوبی برای همسرمان می‌کنیم، عوض این‌که خوشش بیاید و با ما بیشتر دوست شود، خشمگین می‌شود، و ما از این رفتار او تعجب می‌کنیم. برای این‌که این کار را با عشق انجام نمی‌دهیم، بلکه با توهم می‌کنیم. در صورتی که در سبب‌سازیِ ذهنمان فکر می‌کردیم اگر این کار را کنیم همه‌چیز درست می‌شود.

**نکته ۳:** خیلی از مردها فکر می‌کنند که اگر یک خانه بزرگ بخرند و پول زیاد دربیاورند خانواده‌شان به عرش اعلی می‌رود اما پس از این‌که خانه بزرگ را می‌خرند، به آن مقام بالا می‌رسند و پول زیاد درمی‌آورند، می‌بینند که باید طلاق بگیرند، بچه‌هایش هم از او جدا شدند و رفتند! چرا؟ برای این‌که با



من ذهنی عمل کرده و در یک سبب‌سازی توهمی بوده‌است. خداوند هر لحظه با فضای گشوده‌شده، عشق و صنع و طرب عمل می‌کند.

**نکته ۴:** ما دائماً راجع به درد هشیارانه حرف می‌زنیم اما درد هشیارانه فوراً تبدیل به طرب می‌شود، یعنی زندگی هر لحظه به ما طرب می‌دهد، ولو این‌که ما داریم از ذهن به سمت فضای یکتایی می‌رویم.

## امر و نهی و خشم و تشریف و عتاب

### نیست جز مختار را، ای پاک‌جیب

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۹۷۳)

عتاب: نکوهش.

پاک‌جیب: نجیب، پاک‌دامن.

ای انسان نجیب که پاکدامن و خوش قلب هستی و سینه‌ات پاک است، بدان که امر و نهی، خشم، قهر، لطف، تشویق و نکوهش تنها برای کسی‌ست که قدرت اختیار و انتخاب داشته باشد.

**نکته ۱:** یک عده‌ای ممکن است بگویند ما اصلاً اختیار نداریم. انتخاب رفتن از من‌ذهنی و ترک این سبک زندگی که در اختیار ما نیست! ما دچار جبر هستیم، مجبور هستیم این‌طوری زندگی کنیم و نمی‌توانیم زندگی‌مان را عوض کنیم.

**نکته ۲:** این وضعیتی که در ذهن برای ما پیش آمده خشم و قهر زندگی‌ست؛ یعنی ما می‌گوییم خداوند رحمت اندر رحمت است، شما می‌گویید رحمت اندر رحمت کجا بود؟ قهر اندر قهر است، وضع من روزبه‌روز خراب‌تر می‌شود. این به دلیل این است که شما در سبب‌سازی توهمی ذهن هستید، از طریق همانیدگی‌ها می‌بینید و عمل می‌کنید، در شتاب و تعجیل هستید، زیر قوانین شیطان هستید، بعد هم می‌گویید رحمت اندر رحمت چه شد؟!

## اختیاری هست در ظلم و ستم

### من از این شیطان و نفس، این خواستم

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۹۷۴)

[مولانا از زبان زندگی می‌گوید:] ای انسان تو در تاریکی ذهن اختیار داری، من از شیطان و نفس این را خواستم. [انسان به عنوان نفس یا من‌ذهنی در این لحظه اختیار دارد از آوردن چیزها به مرکزش پرهیز کند، زیاده‌گویی و یاهه‌گویی ذهن را کنار بگذارد، مقاومت و قضاوت نکند و سبک زندگی با من‌ذهنی را ادامه ندهد.]

## اختیار اندر درونت ساکن است تا ندید او یوسفی، کف را نَخست (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۹۷۵)

ای انسان، اختیار در درون تو ساکن است؛ یعنی خداوند در درون تو وجود دارد. فضا در درون تو باز می‌شود و تو می‌توانی از قدرت انتخابت استفاده کنی و نگذاری من‌ذهنی تو را فریب دهد. تا فضا را باز نکنی و یوسف درون خودت را نبینی متوجه اختیارت نمی‌شوی. [زنان مصری که زلیخا آن‌ها را دعوت کرده بود، با دیدن یوسف هم پرتقال را بردند و هم دستشان را که این امر نشان‌دهنده اختیار آن‌ها بود].

**نکته:** یوسف دو جور است: یا فضا را باز می‌کند خداوند را می‌بینی یا با خواندن و تکرار این ابیات فضا باز می‌شود، مقاومت به صفر می‌رسد و مولانا یا یک انسان به حضور رسیده را می‌بینی.

## علّتی بتر ز پندارِ کمال نیست اندر جانِ تو ای ذودلال (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۴)

ذودلال: صاحبِ ناز و کرشمه.

ای انسانی که دچار فریب هستی و لحظه‌به‌لحظه خودت را فریب می‌دهی، مرضی بدتر از داشتن یک هویت بدلی که تصور می‌کند فکر و عقلش کامل و کافی است و همه‌چیز را می‌داند، در جان تو وجود ندارد.

«بیت هندسی»

**نکته ۱:** یکی از دلایل اقامت در ذهن با این‌همه گرفتاری و درد، این است که ما تصور می‌کنیم کامل هستیم و از دیگران هم انتظار کمال داریم. می‌گوییم من که مشکلی ندارم. در صورتی که تمام آن چیزهایی که سر ما آمده خودمان ایجاد کرده‌ایم. این دردها را من خودم جمع کردم، من قوه یا پتانسیل رنجش دارم، از کسی چیزی خواستم به من نداده و رنجیده‌ام. حق نداشتم برنجم، من اصلاً حق نداشتم از کسی انتظار داشته باشم.

**نکته ۲:** پندار کمال ناموس هم دارد. ناموس حیثیت بدلی من‌ذهنی ست که به او چیزها برمی‌خورد. ناموس یکی دیگر از علت‌های اقامت ما در ذهن است که ما اصلاً قبول نداریم که ایراد داریم. هر

ایرادی به ما بگیرند به ما برمی خورد. می‌گوییم چرا من باید عوض بشوم؟ من کامل هستم. نه، این یک پندار غلط و یک توهم است.

در تگ جو هست سرگین ای فتی

گرچه جو صافی نماید مر تو را

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۹)

تگ: ته و بُن.

فتی: جوان، جوان‌مرد.

ای انسان، زیر جوی به ظاهر آرام من ذهنی تو درد و گرفتاری انباشته شده است؛ گرچه براساس سبک زندگی‌ات می‌خواهی آرام باشی اما همین‌که کسی برحسب حادث‌ها، تفاوت‌ها و اختلاف‌ها چیزی به تو بگوید، یک دفعه واکنش نشان می‌دهی و این دردها و کثافات از زیر جو بالا می‌آیند.

«بیت هندسی»

کرده حق ناموس را صد من حدید

ای بسی بسته به بند ناپدید

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۴۰)

حدید: آهن.

خداوند ناموس یا حیثیت بدلی من ذهنی را به اندازه صد من سنگین کرده است. دست و پای انسان‌های زیادی با این بند ناپدید بسته شده، به طوری که نمی‌توانند بپذیرند اشکال دارند.

«بیت هندسی»

**نکته ۱:** ما درد، رنجش و حس انتقام‌جویی داریم و می‌گوییم نداریم. حتی از نزدیک‌ترین آدم‌هایمان، پدرمان، مادرمان، همسرمان، بچه‌مان رنجیده‌ایم و این‌ها نمی‌گذارند که ما فضای ذهن را رها کنیم و برویم. درضمن این‌ها سرمایه ما در ذهن هستند.

**نکته ۲:** شما باید تعیین کنید که من الآن به عنوان من ذهنی زیر نفوذ شیطان هستم یا نه فضا را باز کرده‌ام، صنع و طرب دارم و زیر تلقینات خداوند، قضا و کُن‌فکان او هستم؟ این را برای خودتان تعیین کنید. کلاهتان را قاضی کنید و بگویید وضعیت من چگونه است. اگر دیدید که باید روی خودتان کار کنید پس کار کنید و قانون جبران را انجام دهید.

**نکته ۳:** اگر کسی می‌خواهد از ذهن برود، دائماً باید تمرکزش روی خودش باشد. تمرکز روی خود بسیار کار مشکلی است. ما یک لحظه می‌خواهیم حواسمان به خودمان باشد فوراً حواسمان به یک جای دیگر می‌رود. کسی چیزی می‌گوید و ما را به ذهن می‌کشاند، پس در این صورت جهد نمی‌کنیم. اگر به ذهن کشیده می‌شویم و ذهن حرف می‌زند، از طریق همانندگی‌ها می‌بینیم و زیر نفوذ دردهایمان هستیم، این دیگر کار کردن روی خود نیست.

### اژدهای هفت سر دوزخ بُود حرصِ تو دانه‌ست و دوزخ فَخ بُود

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۶۵۷)

فَخ: دام.

اژدهای هفت سر منظور کثرت سرهای من‌ذهنی‌ست که به وسیله هر یک از آنها به انسان حمله می‌کند و بودن در افسانه من‌ذهنی همان جهنم است. حرص همانندگی‌ها و زیاد کردن آنها که باعث خوشحالی تو می‌شود دانه است و جهنم که همان من‌ذهنی‌ست تله و دام است.

**نکته:** پندار کمال، ناموس، درد و افسانه من‌ذهنی همان دوزخ است. در فضای ذهن پیشرفته است که ما این زندگی فرخنده و عالی را تبدیل به موانع ذهنی یعنی موجودات ذهنی و سبب‌سازی‌های من‌درآورده می‌کنیم. این‌ها موانع زندگی من هستند که من نمی‌توانم در این وضعیت زندگی کنم و خودم را عوض کنم. همچنین مسئله‌ها وضعیت‌هایی هستند که ما ایجاد می‌کنیم برای اتلاف وقت و انرژی. مثلاً جنگ مسئله است، ما برای چه جنگ درست می‌کنیم؟ آیا خداوند گفته شما بروید با هم بجنگید؟ و مورد بعدی ایجاد دشمن است، یعنی ایجاد قطب برای درد.

دام را بَدْران، بسوزان دانه را

باز کن درهایِ نو، این خانه را

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۶۵۸)

دام را که فضای ذهن و من‌ذهنی‌ست پاره کن و دانه را که همانندگی‌ها و چیزهای مهم ذهنی‌ست با فضاگشایی بسوزان. فضا را باز کن و در این فضای گشوده‌شده که همانندگی‌ها دیگر ارزشی ندارند در همه چیز زندگی و خدا را ببین.

چون تو عاشق نیستی، ای نرگدا

همچو کوهی بی‌خبر، داری صدا

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۶۵۹)

نرگدا: گدای سمج.

صدا: طنین صوت.

ای گدای سمج، تو عاشق نیستی یعنی تمایل نداری با خداوند یکی شوی. مانند کوه که فقط صدا را منعکس می‌کند تو هم دائماً مشغول سر و صدای ذهنت هستی؛ بنابراین فضا را باز نمی‌کنی و ندهای زندگی را نمی‌شنوی. [نرگدا یعنی گدای سمج که از جهان، همانیدگی‌ها، پول، تصویر کسی که در ذهنت گذاشته، مقام، باور، الگوها، دانش، وضعیت‌ها و هر چیزی که ذهن نشان می‌دهد زندگی می‌خواهد و ول نمی‌کند].

**نکته:** آیا شما ندا را می‌شنوید یا هياهو و سر و صدای ذهن را؟ اگر فقط سر و صدای ذهنتان را می‌شنوید اسمتان نرگداست. «نرگدا» یعنی سال‌ها از هرچه که در ذهنتان بوده گدایی زندگی کرده‌ایم، به ما نداده ولی باز هم ما ول نمی‌کنیم. مثل بعضی از گدایان که دنبال آدم راه می‌افتند، می‌گویند: «آقا یک پولی به ما بده!» می‌گوییم: «آقا ندارم.» اصرار می‌کند، صد قدم پشت سر آدم می‌آید، شما می‌گویید ندارم اما باز هم می‌آید!

عقل جزوی گاه چیره، گه نگون

عقل کلّی ایمن از ریبُ المُنون

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۱۴۵)

ریبُ المُنون: حوادث ناگوار روزگار.

کسی که با عقل من‌ذهنی فکر و عمل کند، گاه در این جهان پیروز و گاه سرنگون و بدبخت می‌شود و هیچ‌وقت از حوادث ناگواری که زندگی با «قضا و کُن‌فکان» به وجود می‌آورد، در امان نیست ولی اگر همان شخص فضاگشایی کرده و برحسب خرد فضای گشوده‌شده یعنی عقل کل فکر و عمل کند، از «ریبُ المُنون» یعنی حوادث ناگوار در امان خواهد بود.

«بیت هندسی»

**نکته:** یک اشکال مهم من‌ذهنی این است که به خدا شک دارد. بنابراین برای این‌که شک برطرف شود حتماً اتفاقات بد می‌افتد. شما ممکن است موفق شوید پول در بیاورید، خانه بخرید، خانواده تشکیل بدهید، ولی نمی‌توانید از دست ریبُ المُنون جان سالم به در ببرید. شما نمی‌توانید توجیه کنید،

نمی‌توانید بگویید من می‌خواهم در من‌ذهنی باشم و اتفاقات بد نیفتد، این امکان ندارد؛ بنابراین باید از فضای ذهن برویم.

## عقل جزوی آفتش وهم است و ظن زآن‌که در ظلمات شد او را وطن (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۵۵۸)

ظن: شک.

ظلمات: تاریکی.

آفت و گرفتاری عقل من‌ذهنی وهم و ظن است؛ یعنی از جنس این لحظه و صنع و طرب نیست. برای این‌که من‌ذهنی برحسب همانیدگی‌ها می‌بیند و در تاریکی‌ست.  
**نکته:** شما با وهم نمی‌توانید زندگی‌تان را درست کنید. من‌ذهنی برای اداره کردن زندگی شما نیامده، فقط برای این آمده که به شما نشان دهد که در این‌جا نباید بمانید بلکه پس از مدتی باید به صنع و طرب دست بزنید.

## زآن‌که با عقلی چو عقلی جفت شد مانع بدفعلی و بدگفت شد (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۰)

زیرا اگر عقل انسان با عقل انسانِ کاملی مثل مولانا جفت شود، در این صورت مانع عمل بد، فکر بد و گفتار بد می‌شود.

## نفس با نفسِ دگر چون یار شد عقل جزوی عاطل و بی‌کار شد (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۱)

عاطل: بی‌کار، بی‌بهره.

دو نفر که من‌ذهنی دارند اگر با هم جفت و قرین شوند، عقلشان درمی‌ماند و کار سازنده‌ای نمی‌تواند انجام بدهد، به همین دلیل عقل جزوی بیکار و بی‌بهره می‌شود. [به بیان دیگر دو من‌ذهنی در کنار هم هر کاری کنند به نتیجه‌ای نمی‌رسد و زندگی‌شان را خراب می‌کنند].

**نکته ۱:** این بیت به اثر قرین اشاره دارد که یکی از موانع ما در رفتن از فضای ذهن به فضای گشوده شده است.

**نکته ۲:** اگر ما عقل من‌ذهنی داریم، باید با یک آدم خردمندی مانند مولانا جفت شویم و ابیاتش را بخوانیم.

تا کنی مر غیر را حَبْر و سَنی  
خویش را بدخو و خالی می‌کنی  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۶)

حَبْر: دانشمند، دانا.

سَنی: رفیع، بلندمرتبه.

اگر تمرکزت را روی دیگران بگذاری و بخواهی آن‌ها را به راه راست هدایت کرده و دانشمند کنی، خودت را از جنس من‌ذهنی، بدخو و خالی از انرژی زندگی می‌کنی و حالت خراب می‌شود.

«بیت هندسی»

**نکته:** برای رفتن از فضای ذهن به فضای یکتایی، حواس ما باید روی خودمان باشد. ما نیامده‌ایم دیگران را هدایت، نصیحت و حَبْر و سَنی کنیم.

مردۀ خود را رها کرده‌ست او  
مردۀ بیگانه را جوید رَفو  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۵۱)

انسان مردۀ من‌ذهنی خودش را رها کرده‌است و می‌خواهد مردۀ من‌ذهنی یکی دیگر را زنده کند. او باید خودش، خودش را که در ذهن مرده است زنده کند، نمی‌تواند من‌ذهنی یکی دیگر را با زور و با نصیحت درست کند.

«بیت هندسی»



دیده آ، بر دیگران نوحه‌گری  
مدتی بنشین و بر خود می‌گری  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۴۷۹)

ای چشم من، تا به حال به عنوان من‌ذهنی برای دیگران گریه کردی، یک مدتی بنشین و به حال خودت گریه کن؛ حواست به خودت باشد، تلاش کن فضا را باز و مرکز را عدم کنی، ایرادهایت را تشخیص دهی و خودت را زنده نمایی.

«بیت هندسی»

**نکته:** این سه بیت بسیار مهم هستند و اگر شما بتوانید تمرکزتان را روی خودتان نگه دارید، شما مشکل‌ترین کار دنیا را انجام داده‌اید و این کار کار سازنده است.

از قرین بی قول و گفت‌وگوی او  
خو بدزد دل نهان از خوی او  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۶۳۶)

مرکز ما بدون این‌که حرکتی کنیم و حرفی بزنیم به طور پنهانی از مرکز قرین خود می‌دزدد و تحت‌تأثیر آن قرار می‌گیرد.

«بیت هندسی»

**نکته:** شما نگوئید من پهلوان هستم، با همه می‌توانم دوست شوم و هیچ اثری روی من نمی‌گذارند. یا می‌توانم این اخبار را تماشا کنم، این تلویزیون را تماشا کنم، من پهلوان هستم و این چیزها هیچ اثری روی من ندارند. پس از نیم‌ساعت می‌بینید خالی شدید و رفتارتان عوض شد.

می‌رود از سینه‌ها در سینه‌ها  
از ره پنهان، صلاح و کینه‌ها  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۴۲۱)

هم انرژی‌های خوب و سازنده مثل عشق، رحمت و لطف زندگی و هم انرژی‌های بد مثل رنجش، غصه، حسادت و کینه، به طور پنهانی از مرکز انسانی به انسان دیگر، بدون نیاز به گفت‌وگو و از طریق ارتعاش انتقال پیدا می‌کند.

«بیت هندسی»

گرگِ درنده‌ست نفسِ بد، یقین

چه بهانه می‌نهی بر هر قرین؟

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۸۵۶)

ای انسان، یقیناً نفسِ بد و من‌ذهنی تو بدترین قرین توست که همچون گرگی درنده، هر لحظه تو را می‌درد؛ پس اول از عهده او بر بیا و همه‌چیز را گردن قرین‌های بیرونی و اطرافیان خود نینداز.

«بیت هندسی»

**نکته:** شما اول باید مواظب من‌ذهنی خودتان باشید که مثل گرگ حمله نکند و اگر خودتان برای خودتان مسئله درست می‌کنید، در این صورت به گردن دیگران یا قرین‌ها نیندازید؛ بنابراین اگرچه که قرین‌ها روی شما اثر دارند ولی اولین قرینی که روی شما اثر دارد و حمله می‌کند، من‌ذهنی خودتان است.

بادُ تُند است و چراغم اَبتری

زو بگیرانم چراغِ دیگری

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۱۰۸)

اَبتر: ناقص و به‌دردنخور.

باد زندگی تند و فرصت من در این جهان محدود است. چراغ ذهن با باد حوادث خاموش می‌شود و چهار بعد من یک روز از بین می‌روند. چراغ ذهن اَبتر و ناقص است و فقط در مدت کوتاهی که در این بدن هستم فرصت دارم به وسیله آن، چراغ و هشیاری دیگری را که چراغ حضور و صنع است روشن کنم.

او نکرد این فهم، پس داد از غِرر

شمع فانی را به فانی‌ای دگر

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۱۱۲)

غِرر: جمع غِرّه به معنی غفلت و بی‌خبری و غرور.

انسان در ذهن از روی غفلت، بی‌خبری، نادانی و سبب‌سازی ذهنی این را نمی‌فهمد که باید شمع من‌ذهنی را بدهد و شمع حضور را روشن کند؛ بنابراین یک شمع فانی را می‌دهد و شمع فانی دیگری را می‌گیرد، یعنی یک همانندگی فانی و آفل را رها کرده و یکی دیگر را به مرکزش می‌آورد و جایگزین قبلی می‌کند.

## مَنْذَى داری به بحر، ای آبگیر ننگ دار از آب جُستن از غدیر (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۷۰)

غدیر: آبگیر، برکه.

ای کسی که سبب‌سازی می‌کنی و در محدودیت ذهن هستی، در درون تو یک روزن و خاصیتی به نام فضاگشایی برای رسیدن به دریای حضور وجود دارد و می‌توانی عقل، قدرت، هدایت و حس امنیت و شادی بی سبب را از آن دریافت کنی، بنابراین از این ننگ داشته باش که از برکه کوچک هشیاری جسمی، ذهن و همانیدگی‌ها آب بکشی و از آنچه من‌ذهنی نشان می‌دهد زندگی بخواهی.

## که آلم نَشْرَحْ نه شرح هست باز؟ چون شدی تو شرح‌جو و گدیه‌ساز؟ (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۷۱)

گدیه‌ساز: گدایی‌کننده، نکدی‌کننده.

آیا آیه «آلم نَشْرَحْ» که می‌گوید سینه‌ات را باز کردیم، به روشنی و آشکارا نشان نمی‌دهد که توانایی فضاگشایی به تو عطا شده و هرچه فضا را باز کنی، فضا بازتر می‌شود؟ پس چرا گدای سبب‌سازی ذهن برای فضاگشایی هستی؟ چرا برای آسایش و آرامش خودت دنبال گشایش ذهنی می‌گردی و آن را از بیرون گدایی می‌کنی؟

«بیت هندسی»

**نکته:** خداوند در ما و همیشه با ماست اما چون فضاگشایی نمی‌کنیم او را نمی‌بینیم؛ بنابراین خداوند از من‌های ذهنی مرده به ما نزدیک‌تر است.

## درنگر در شرح دل در اندرون تا نیاید طعنه لا تُبْصِرُونَ (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۷۲)

پس بیا حقیقتاً در درونت فضا را باز کن و در هر وضعیتی که هستی به فضاگشایی در درونت تمرکز کن تا از طرف خداوند مورد طعنه «من را نمی‌بینید؟» قرار نگیری.

(قرآن کریم، سوره ذاریات (۵۱)، آیه ۲۱)

«و فِي أَنْفُسِكُمْ أَفَلَا تُبْصِرُونَ.»

«و نیز در وجود خودتان. آیا نمی بینید؟»

(قرآن کریم، سوره واقعه (۵۶)، آیه ۸۵)

«وَ نَحْنُ أَقْرَبُ إِلَيْهِ مِنْكُمْ وَلَكِنْ لَا تُبْصِرُونَ.»

«ما از شما به او نزدیک تریم، ولی شما نمی بینید.»

از هر جهتی تو را بلا داد

تا باز کشد به بی جهات

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۶۸)

بی جهات: موجودی که برتر از جا و جهت است، عالم الهی.

ای انسان، در هر جهت مادی و این جهانی که رفتی و یک همانندگی را در مرکزت قرار دادی، به درد رسیدی تا دوباره به بی جهات یا فضای گشوده شده کشیده شوی.

«بیت هندسی»

آدمی در عالم خاکی نمی آید به دست

عالمی دیگر بباید ساخت و از نو آدمی

(حافظ، دیوان غزلیات، غزل شماره ۴۷۰)

انسان در من ذهنی آن آدمی که خدا آفریده و منظورش بوده نیست. باید در فضای گشوده شده عالم و آدم دیگری ساخته شود، آدمی که فضاگشاست و جوهر و جنس اصلی او بر روی خودش قائم شده؛ یعنی به بی نهایت و ابدیت خدا زنده شده و تبدیل به جنس اصلی اش شده است. [در واقع خدا این عالم و آدم جدید را ساخته، ما فقط باید به آن تبدیل شویم].

**گفت: نامت چیست؟ برگو بی‌دهان**

**گفت: خَرَّوب است، ای شاهِ جهان**

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۷۶)

سلیمان گفت: ای گیاه نورسته، با زبان حال و از درون به من بگو که نام تو چیست؟ گیاه گفت: ای شاه جهان نام من خَرَّوب است. [یعنی وقتی انسان فضا را باز می‌کند و به صورت ناظر ذهنش را نگاه می‌کند، در مقام سلیمان یا شاه از من ذهنی می‌پرسد که بی‌دهان بگو اسمت چیست؟ یعنی به او می‌گوید در عمل خودت را معرفی کن و بگو چکاره هستی. وقتی انسان به عمل من ذهنی نگاه می‌کند، می‌بیند که در عمل مرتب چیزها را به مرکزش می‌آورد و خودش را خَرَّوب یا بسیار خراب‌کننده معرفی می‌کند.]

**گفت: اندر تو چه خاصیت بُود؟**

**گفت: من رُستم، مکان ویران شود**

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۷۷)

رُستن: روییدن.

سلیمان گفت: خاصیت تو چیست؟ من ذهنی خَرَّوب گفت: من در هر جا که برویم آن مکان ویران می‌شود. [یعنی من ذهنی خَرَّوب وقتی رشد می‌کند چهار بعد انسان، جسم، فکر، هیجان و جان جسمی او را خراب می‌کند.]

**من که خَرَّوبم، خرابِ منزلم**

**هادمِ بنیادِ این آب و گِلَم**

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۷۸)

هادم: ویران‌کننده، نابودکننده.

من که بسیار خراب‌کننده هستم، منزلت و فضای گشوده‌شده درونت را خراب می‌کنم و هیچ‌چیز برایت باقی نمی‌گذارم. من ویران‌کننده بنیاد آب و گل تو هستم؛ یعنی هر چیزی را که ذهن شما از شما نشان دهد، من ذهنی آن را خراب می‌کند.

**نکته:** من ذهنی فقط یک چیز را نمی‌تواند خراب کند و آن چیزی است که از فضای گشوده‌شده آمده است. من ذهنی خدا را نمی‌تواند خراب کند اما هرچه با ذهن ساخته شود آن را خراب می‌کند. آیا در شما یک همچو باشنده‌ای هست؟ پس چرا نمی‌خواهید آن را ول کنید و از فضای ذهن بروید؟

## آن زمان کت امتحان مطلوب شد

### مسجد دین تو پُر خَرُوب شد

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۸۷)

خَرُوب: گیاه خَرُوب که بوته‌ای بیابانی و مرتفع و خاردار است و در هر بنایی بروید آن را ویران می‌کند. در این جا نماد من‌ذهنی است.

هرگاه با سبب‌سازی‌های ذهنی در صدد امتحان کردن خدا یا انسان‌های زنده به حضور برآمدی، یعنی انتظار داشتی که سبب‌سازی تو با قضا و کن‌فکان جور دربیاید و این کار مطلوب و خوش‌آیند تو شد، بدان که مسجد دین تو یا دلت که باید از جنس فضای گشوده‌شده باشد، اکنون پر از گیاه خَرُوب من‌ذهنی شده است.

**نکته:** ما به خداوند می‌گوییم من صنع و طرب تو را قبول ندارم، خودم با سبب‌سازی زندگی‌ام را ادامه می‌دهم، خواهش می‌کنم مزاحم نشوید؛ بنابراین هم فرداً و هم جمعاً به درد و گرفتاری می‌رسیم. جنگ‌هایی که انسان‌ها راه انداخته‌اند در واقع ندای خداوند است که به صورت صدا منعکس شده و نتیجه فکری‌های من‌ذهنی است.

## خُطوتین بود این ره تا وصال

### مانده‌ام در ره ز شست شصت سال

«این راه تا وصال به معشوق دو قدم بیشتر فاصله ندارد، درحالی‌که من در این راه شصت سال است

که از کمند وصال تو دور مانده‌ام.»

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۵۴۹)

خُطوتین: دو قدم، دو گام.

بایزید نیز خُطوتین را این‌گونه بیان می‌کند: هرچه هست در دو قدم حاصل آید که یکی بر نصیب‌های خود نهد و یکی بر فرمان‌های حق. آن یک قدم را بردارد و آن دیگر بر جای بدارد.

شست: قلاب ماهی‌گیری.

این راه تا وصال به معشوق، زنده شدن به بی‌نهایت و ابدیت خداوند، دو قدم بیشتر فاصله ندارد، قدم اول فضاگشایی است و قدم دوم را قضا و کن‌فکان خداوند برمی‌دارد. در حالی که من در این راه شصت سال است که از کمند وصال تو دور مانده‌ام.

**نکته:** چرا ما این‌همه زحمت کشیده و به جایی نرسیده‌ایم؟ برای این‌که با عقل من‌ذهنی عمل کردیم، این لحظه یک چیز را به مرکزمان آوردیم برحسب آن سبب‌سازی کردیم، لحظه بعد یک چیز دیگر را، لحظه بعد یک چیز دیگر را و برای همین در ذهن باقی ماندیم.

## حکم حق گسترده بهر ما بساط که بگویند از طریق انبساط

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۶۷۰)

بساط: هر چیز گسترده‌تری مانند فرش و سفره.

خداوند به ما حکم کرده که این لحظه فقط از طریق انبساط با من ارتباط برقرار کنید، نه از طریق انقباض؛ یعنی فضاگشایی کنید و بگویند نمی‌دانم.

«بیت هندسی»

## قبض دیدی چاره آن قبض کن زانکه سرها جمله می‌روید ز بن

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۲)

قبض: گرفتگی، دلتنگی و رنج.

بن: ریشه.

اگر دیدی در برابر اتفاقات مقاومت می‌کنی و رحمت و شادی ایزدی را با جدی گرفتن آنچه ذهن نشان می‌دهد، به غم تبدیل می‌کنی و منقبض، افسرده و منجمد می‌شوی، در این صورت فضا را باز کن و منبسط شو، چراکه تمام بدی‌ها و زشتی‌ها از همین ریشه بد من‌ذهنی می‌رویند و زندگی‌ات را خراب می‌کنند.

«بیت هندسی»

## بسط دیدی، بسط خود را آب ده چون برآید میوه، با اصحاب ده

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۳)

اصحاب: یاران.

اما اگر فضاگشایی کردی، از شر قبض خلاص شده و منبسط شدی، این بسط را ادامه بده و نیروی زندگی را صرف انبساط کن؛ چراکه این بسط به تو میوه‌های خوب آرامش، شادی، عقل و آفریدگاری را می‌دهد که از ریشه خداوند است. بنابراین تو هم آن را پخش کن و با یاران معنوی‌ات شریک شو.

«بیت هندسی»



## لذتِ بی‌کرانه‌ای‌ست، عشق شده‌ست نام او قاعده خود شکایت است، ورنه جفا چرا بُود؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۶۰)

فضاگشایی و وحدت با خداوند، لذتی بی‌کرانه و دائمی‌ست که «عشق» نام دارد و انسان را نیز بی‌نهایت می‌کند. هرکس به نسبت فضای گشوده‌شده درون و مرکز عدم از آن بهره‌مند می‌شود ولی انسان در من‌ذهنی از ابزارهای مقاومت، سبب‌سازی، ایجاد درد، شکایت و به فرمول درآوردن زندگی استفاده می‌کند و به جای تسلیم و فضاگشایی در برابر اتفاقات برحسب قواعد من‌ذهنی کار می‌کند، از جنس جسم می‌شود و به جفا و بی‌وفایی به آست تن می‌دهد و با همانیده شدن از آن شادی محروم می‌ماند؛ وگرنه خداوند که بی‌وفا نیست، چرا باید جفا کند؟

«بیت هندسی»

**نکته:** هنر آن است که ما وفا کنیم تا تبدیل شویم و آتش عشق را عیان ببینیم و با زندگی عیناً در این لحظه یکی شویم، نه این‌که در توهم و تجسم‌های ذهن یک خدایی تجسم کنیم و به صورت الگوهای ذهنی با او یکی شویم، عبادت کنیم، جسم داشته باشیم، جفا کنیم و صنّع نداشته باشیم.

## معنی جَفَّ الْقَلَمِ كِيْ أَنْ بُوَدَ که جفاها با وفا یکسان بُود؟

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۵۱)

«جف القلم» یا رقم خوردن امور با قلم قدرت و خرد ایزدی، کی بدین معناست که اگر کسی این لحظه چیزی به مرکزش آورد و با دیدن از طریق همانیدگی‌ها جفا کند، با کسی که هر لحظه از طریق فضاگشایی به عهد الست وفا کند، تفاوتی ندارد و نزد خداوند یکسان است؟

«بیت هندسی»

بَلْ جَفا رَا هَم جَفا قَلَم  
وَأَن وِفا رَا هَم وِفا جَفا قَلَم

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۵۲)

بلکه «جفا القلم» بدین معنیست که در برابر جفا کسی که جسم به مرکزش آورده و جنس خداییت خود را انکار کند، قلم خداوند نیز بد می‌نویسد و به او جفا می‌کند و اگر هم کسی به پیمان الست وفا کند، یعنی مرکزش عدم باشد و اقرار کند از جنس خداوند است، قلم خداوند نیز به او وفا کرده و برای او خوب می‌نویسد.

«بیت هندسی»

حدیث

«جَفَّ الْقَلَمُ بِمَا أَنْتَ لَاقٍ.»

«خشک شد قلم به آنچه سزاوار بودی.»

«جَفَّ الْقَلَمُ بِمَا هُوَ كَائِنٌ.»

«خشک شد قلم به آنچه بودنی است.»

توضیح حدیث:

[به عبارتی سزاوار بودن در این لحظه بستگی به فضای گشوده شده دارد.]

مسجد است آن دل که جسمش ساجد است

يَا رِبِّ بَدِ خَرَّوْبٍ هَر جَا مَسْجِدِ اسْت

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۸۳)

دل انسانی که جسمش در این لحظه سجده می‌کند، مسجد است؛ یعنی برحسب هشیاری جسمی فکر و عمل نمی‌کند، از سخن‌گویی ارتفاع نمی‌گیرد، به صورت یک باشنده ذهنی هیجانی بالا نمی‌آید، فضای درونش گشوده شده، هر لحظه ذهنش به مرکزش راه نمی‌یابد، تسلیم می‌شود و همواره دستورات فضای گشوده شده و زندگی را اجرا می‌کند. حال یار و همنشین بد ویران‌کننده هر مسجدیست. بدین معنا که من ذهنی خود انسان و یا من‌های ذهنی دیگر باعث بسته شدن فضای گشوده شده درونش می‌شوند.

**نکته ۱:** اگر شما در ذهن باشید، نمی‌توانید بفهمید که ذهن چطور زندگی‌تان را خراب می‌کند چون ذهن یک چهارچوب‌ها و قواعدی دارد که اجازه نمی‌دهد شما بفهمید. مثلاً ما در ذهن پندار کمال، ناموس، درد، مقاومت و قضاوت داریم. چیزهای آفل در مرکز ماست، پرهیز نداریم و هر چیزی برای ما مهم است و بازی نیست. همچنین در ذهن یک خاصیت دیگری به نام ملامت و زیر بار مسئولیت نرفتن داریم.

**نکته ۲:** یکی دیگر از خاصیت‌های من‌ذهنی این است که ما از تأیید و توجه لذت می‌بریم، از این‌که به عنوان من‌ذهنی دیده شویم لذت می‌بریم و دوست داریم خودمان را بفروشیم. دوست داریم زیبایی‌مان، جوانی‌مان، قدرتمان و دانشمان را به رخ مردم بکشیم، بگوییم من از شما برتر هستم و وقتی آن‌ها قبول می‌کنند، لذت توهمی می‌بریم.

**یارِ بد چون رُست در تو مهرِ او  
هین از او بگریز و کم کن گفت‌وگو**  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۸۴)

همین‌که مهر و عشق یار بد، من‌ذهنی خودت و یا دیگران، در دل تو پدید آمد و چیزی توجه تو را جذب کرد و وارد مرکزت شد، به هوش باش و از آن فرار کن و اصلاً گفت‌وگو، بحث و استدلال نکن که به این دلایل به این چیز احتیاج دارم. بلکه با مهم ندانستن آنچه ذهن نشان می‌دهد، آن را از مرکزت خارج کن؛ زیرا این بحث درونی کار شیطان است و ما فقط حق داریم فضا را باز کنیم و دست به صنّع بزنیم.

**نکته:** شما پس از این دیگر نباید بحث کنید. همین‌که فهمیدید من‌ذهنی خروب است باید از دستش فرار کنید. نه این‌که بحث کنید که اگر متقاعد شدم در ذهن نمی‌مانم و اگر نتوانستید من را متقاعد کنید هنوز در ذهن می‌مانم.

**برکن از بیخش، که گر سر برزند  
مر تو را و مسجدت را برکند**  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۸۵)

مهرِ یار بد، من‌ذهنی، همانیدگی‌ها و هر چیزی را که به مرکزت راه پیدا کرده، از ریشه برکن و نگذار هیچ چیزی در مرکزت باقی بماند؛ زیرا اگر این گیاه ویرانگر در مسجد درون تو بروید، بزرگ شود و

شاخ و برگ پیدا کند، هم خودت و هم مسجدت را از بنیان برمی‌اندازد. به بیان دیگر من‌ذهنی دین، ایمان، جسم و همه چیزت را خراب می‌کند.

## عاشقا، خرّوبِ تو آمد کژی همچو طفلان، سویِ کژ چون می‌غژی؟

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۸۶)

می‌غژی: فعل مضارع از غزیدن، به معنی خزیدن بر شکم مانند حرکت خزندگان و اطفال.

ای عاشق، دیدن بر حسب همانندگی‌ها خرّوبِ توست. چرا مانند طفلان تندتند به سوی تخریب و خطر می‌روی؟ [همه انسان‌ها بالقوه عاشق هستند، چون از جنس خداوند هستند و باید با او یکی شوند. در واقع خاصیت یکی شدن با خدا در جان اصلی ما هست، تنها باید از جنس اصلی‌مان شویم.]  
**نکته:** ما مجهز به موجودی به نام من‌ذهنی هستیم که زندگی ما را خراب می‌کند اما نمی‌توانیم آن را کشف کنیم. تنها چاره ما این است که با فضاگشایی از آن فرار کنیم. هر کسی باید عقلش برسد، خرّوب نسازد و زندگی‌اش را خراب نکند.

## موسیا، بسیار گویی، دور شو ورنه با من گنگ باش و کور شو

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۵۱۷)

[خضر به موسی گفت:] ای موسی، بسیار سخن می‌گویی، برو و از من دور شو! اگر دور نمی‌شوی و می‌خواهی همراه من باشی، پس لال باش و کور شو، یعنی حرف نزن. [خداوند نیز به ما می‌گوید با ذهنت خیلی حرف می‌زنی، دور شو، من با سبب‌سازی من‌ذهنی تو کار نمی‌کنم بلکه با قضا و کُن‌فکان و عقل کُل کار می‌کنم. اگر می‌خواهی با من باشی نسبت به من‌ذهنی لال و کور شو. اگر هم می‌خواهی حرف بزنی از طریق صنع و طرب من حرف بزن.]

**نکته:** ما با حرف زدن من‌ذهنی، فکر کردن برحسب همانندگی‌ها و سبب‌سازی زندگیمان را خراب می‌کنیم.

ور نرفتی، وز ستیزه شسته‌ای  
تو به معنی رفته‌ای بگسسته‌ای  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۵۱۸)

شسته: مخفف نشسته است.

[خضر به موسی می‌گوید:] اگر هنوز مقاومت داری و با من ذهنیات حرف می‌زنی و فکر و عمل می‌کنی، هرچند فکر می‌کنی از پیش من نرفته‌ای اما درواقع از من جدا شده و رفته‌ای. تو در ذهنت فکر می‌کنی این‌جا هستی.

**نکته:** ما از خداوند خیلی وقت است که جدا شده‌ایم ولی برای خودمان داریم حرف می‌زنیم، عبادت می‌کنیم، بعضی اعمال را انجام می‌دهیم ولی جدا هستیم و این‌ها هیچ فایده‌ای ندارد.

چون حدّث کردی تو ناگه در نماز  
گویدت: سوی طهارت رو بتاز  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۵۱۹)

هرگاه به هنگام اقامه نماز ناگهان ادرار کنی، شرع به تو حکم می‌کند که بروی و دوباره وضو بگیری. [به عبارت دیگر اگر انسان فضا را باز کرد و به خداوند وصل شد ولی ناگهان با من ذهنی‌اش شروع به حرف زدن کرد، در این صورت باید دوباره آن مرکز را پاک کند و به زندگی وصل شود.]  
**نکته:** شما نگاه کنید که خروبی ما با پیشرفت تکنولوژی و حمل و نقل و غیره، چقدر تقویت شده و الآن خیلی خوب خودش را نشان می‌دهد. مثلاً ما مکان‌ها را خراب می‌کنیم، آدم‌ها را می‌کشیم، هر کاری دلمان می‌خواهد انجام می‌دهیم و به طور کلی تمام جنبه‌های خروبی را جمعاً به معرض نمایش می‌گذاریم و درس هم نمی‌گیریم که چرا این کارها را می‌کنیم. پیروزی در این‌جا نداریم، چون عشق نداریم و خروب عمل می‌کند.

ور نرفتی، خشک، جنبان می‌شوی  
خود نمازت رفت پیشین ای غوی  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۵۲۰)

پیشین: از پیش.

غوی: گمراه.

اگر نیروی تجدیدِ وضو کنی، خَم و راست شدن تو در نماز، کاری خشک و بی‌روح است؛ زیرا نمازت از قبل باطل شده‌است، ای گمراه.

**نکته:** طرح خداوند این بوده که ما فضا را باز کنیم و به او زنده شویم ولی ما تا به حال این کار را نکرده و در ذهن اقامت کرده‌ایم. هر دفعه که برحسب ذهن فکر و عمل می‌کنیم خرابکاری می‌کنیم، این نماز نیست. نماز یعنی دائماً وصل بودن.

آن ادب که باشد از بهرِ خدا

اندر آن مُسْتَعَجَلِی نَبُودِ روا

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۵۸۳)

مُسْتَعَجَلِی: شتاب‌کاری، تعجیل.

ادب ما در مقابل خداوند و قضا و کن‌فکانِ او این است که در هیچ فکر و کار و تصمیمی شتاب‌زده نباشیم و با من‌ذهنی تعجیل نکنیم.

و آنچه باشد طبع و خشمِ عارضی

می‌شتابد، تا نگردد مُرْتَضِی

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۵۸۴)

مرْتَضِی: خشنود، راضی.

من‌ذهنی که دچار خشمِ عارضی و تحمیلی‌ست، برای یک هوس زودگذر، نشان دادن خشم خودش و انجام یک خرابکاری شتاب می‌کند تا لذت آن کار بد خود را بچشد. او با عجله واکنش نشان می‌دهد تا مبادا با صبر و پرهیز از تمام شدن و تلف شدن خشم و هوس خود احساس خشنودی و رضایت کند.

ترسد آر آید رضا، خشمش رَوَد

انتقام و ذوقِ آن فایِت شود

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۵۸۵)

فایِت: از میان رفته، فوت‌شده.

آن شخص می‌ترسد که اگر خشنودی و رضایت بیاید، خشمش از بین رفته و ذوق انتقام‌گیری که در من‌ذهنی یک لذت است، از دست برود

**نکته:** ما باید بین لذتی که من ذهنی می برد و لذت واقعی که از فضای گشوده شده و عشق می آید تفاوت بگذاریم که تفاوت از زمین تا آسمان است. این لذت من ذهنی دائماً ما را به خرابکاری و نتایج بد خواهد رساند.

## شهوة کاذب شتابد در طعام خوف فوت ذوق هست آن خود سقام

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۵۸۶)

سقام: بیماری.

شهوة کاذب که هوس من ذهنی و هوس همانندگی هاست، با عجله و شتاب به سوی طعام و ارضای نیاز روان شناختی خود می رود. ترس من ذهنی از این که مبدا ذوق و میل و لذت آن چیز را با صبر و پرهیز از دست بدهد، نوعی بیماری است. [به طور مثال کسی که گرسنگی اش کاذب است، می شتابد که طعام را بخورد، زیرا می ترسد اگر صبر کند، دیگر میلی نداشته باشد و ذوق آن از بین برود.]  
**نکته:** یکی دیگر از علت هایی که نمی توانیم از ذهن بیرون برویم، این است که ما در من ذهنی و دردهای عارضی آن هستیم. دردهای عارضی مثل خشم و عجله و خرابکاری. شما ببینید این سه تا را می توانید کنار بگذارید یا نه؟

## اِشتهای صادق بُود، تأخیر به تا گواریده شود آن بی گره

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۵۸۷)

اگر اشتهای انسان صادق و حقیقی هم باشد، بهتر است تأخیر و تأمل کند تا مطمئن شود این اشتهای صادق است و با صبر و حوصله غذا بخورد تا بدون گره و مانع غذایش هضم شود.



## این تائی از پیِ تعلیمِ توست که طلب آهسته باید بی سگُست

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۵۰۶)

بی سگُست: بی وقفه، ناگسسته.

تائی، صبر و فضاگشایی در مسیر تغییر معنوی برای تعلیم توست تا میزان پیشرفت را با ترازوی ذهن اندازه نگیری؛ زیرا طلب داشتن برای زنده شدن به خداوند باید به صورت آهسته و بدون وقفه صورت بگیرد.

**نکته:** اگر شما واقعاً فهمیده‌اید که ذهن جای زندگی نیست باید از آنجا بروید؛ بنابراین باید ببینید چه مشکلاتی وجود دارد. این‌طور هم نیست که اگر تصمیم بگیرید از ذهن خارج شوید بگویید من دیگر رفتم، خداحافظ؛ هزار جور مانع سر راه وجود دارد. در داستان شیخ ابوالحسن که مرید پس از مشکلات زیادی می‌رود تا شیخ ابوالحسن را ببیند، اولین برخوردش با زن شیخ است؛ یعنی همین که شما تصمیم می‌گیرید از ذهن بروید، اولین برخورد شما با من‌ذهنی خودتان است که ایراد می‌گیرد و می‌گوید این چه کاری‌ست، مولانا کیست، یعنی چه که می‌خواهی بروی فضا را باز کنی و الگوها و سبب‌سازی و فرعونیت را کنار بگذاری؟ تو پندارکمال داری، آبرو داری، کوچک می‌شوی، به فقر می‌افتی، این دردها سرمایه توست، زحمت کشیده‌ای، مردم چه می‌گویند؟ اگر مردم به تو تأیید ندهند، به میهمانی دعوت نکنند و اعتبارت را از دست بدهی چه می‌شود؟ آبرویت نمی‌رود؟ آبرو برای تو مهم نیست؟ اما شما باید از تمام این گفت‌وگوهای من‌ذهنی بیرون بپرید و هیچ اهمیتی ندهید که چه می‌گوید. مثل آن مُرید که حرف‌های من‌ذهنی‌اش یک ذره ناامیدش کرد ولی بعد به خودش آمد و گفت من ابری نیستم که باد مرا آورده باشد، من خودم انتخاب کردم که فضا را باز کنم.

## گر هزاران مدعی سر برزند گوش، قاضی جانبِ شاهد کند

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۸۶۸)

اگر هزاران انسان من‌ذهنی که ادعا دارند و می‌خواهند هنرهایشان را نمایش بدهند، بالا بیایند و بگویند ما را ببین، قاضی که خداوند است تنها به شاهد گوش می‌کند. شاهد کسی است که فضا را باز کرده و ناظر ذهنش است. تنها اوست که پیغام زندگی را درست می‌شنود و عمل می‌کند.

## مدعی دیده‌ست، اما با غرض پرده باشد دیده دل را غرض

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۸۷۱)

من ذهنی مدعی هم آن اتفاق را دیده‌است اما با غرض. چشم دل و دیده عدم را غرض همانیدگی‌ها مانند پرده می‌پوشاند و درست نمی‌تواند ببیند.

**نکته:** غرض یک منظور این دنیایی‌ست. کسی که برحسب غرض می‌بیند، درواقع دارد برحسب چیزی می‌بیند و مدام می‌پرسد فضاگشایی چه فایده‌ای دارد؟ آیا اگر فضا را باز کنم به غرض‌هایی مانند خریدن خانه یا پیدا کردن همسر خوب می‌رسم؟ آیا این چیزهایی که با آن‌ها همانیده هستم بیشتر می‌شوند؟ و اگر به او بگویند نه، می‌گوید پس به خدا زنده بشوم که چه بشود؟ چه فایده‌ای دارد؟ اگر کسی این سؤال‌ها را بپرسد در ذهن می‌ماند.

## حق همی خواهد که تو زاهد شوی تا غرض بگذاری و شاهد شوی

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۸۷۲)

خداوند می‌خواهد که تو پرهیزگار شوی، یعنی چیزهای ذهنی را به مرکزت نیاوری و برحسب آن‌ها نبینی تا غرض یا دیدن برحسب همانیدگی‌های مرکزت را کنار بگذاری و ناظر و شاهد شوی. هم به عنوان زندگی از خودت آگاه شوی و هم ذهنت را ببینی.

## کاین غرض‌ها پرده دیده بُود بر نظر چون پرده پیچیده بُود

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۸۷۳)

اما این غرض‌ها و همانیدگی‌ها که به مرکز می‌آیند، حجاب چشم عدم می‌شوند. همچون پرده‌ای بر هشیاری نظر می‌افتند، آن نوری را می‌پوشانند که خداوند با آن می‌بیند و انسان هم باید به وسیله آن ببیند.

**نکته:** هشیاری جسمی براساس سبب‌سازی عمل می‌کند و هشیاری نظر براساس صنع و طرب.

## پس نبیند جمله را با طِمِّم و رِمِّم حُبِّكَ الْأَشْيَاءَ يُعْمَى وَ يُصِمِّم

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۸۷۴)

طِمِّم: دریا و آب فراوان.

رِمِّم: زمین و خاک.

با طِمِّم و رِمِّم: در این جا یعنی با جزئیات.

وقتی چیزی یا کسی به مرکز انسان می‌آید، او از ضرر و زیان و خوب و بد آن آگاه نیست؛ چراکه عشق به چیزها یعنی همانیدن با اشیا یا آدم‌ها چشم عدم را کور و انسان را کر می‌کند و هیچ‌چیز را با جزئیات نمی‌بیند. [نمی‌توانی هم از خداوند باخبر باشی و هم ذهنت را ببینی.]

**نکته:** تا شما شاهد نشوید ندای زندگی را نمی‌گیرید و نمی‌توانید دست به صنع بزنید و قضا و کُن فکان روی شما اثر ندارد. عقل زندگی را کنار می‌گذارید و با عقل ذهنتان عمل می‌کنید. رحمت اندر رحمت زندگی تبدیل به قهر و درد می‌شود و نمی‌توانید گلیم خودتان را از آب بیرون بکشید و زندگی‌تان را اداره کنید. اما اگر جوهر شما روی خودش قایم باشد، هم آگاه هستید که از جنس زندگی و از جنس این لحظه‌اید و هم جهان را می‌بینید که چه اتفاقی می‌افتد. آن موقع است که برکت و عقل به جسم و فکر شما می‌رود، خلاق می‌شوید و سلامتی جسمی پیدا می‌کنید.

حدیث

«حُبِّكَ الْأَشْيَاءَ يُعْمَى وَ يُصِمِّم.»

«عشق تو به اشیا تو را کور و کر می‌کند.»

## حُبِّكَ الْأَشْيَاءَ يُعْمِيكَ يُصِمِّم نَفْسَكَ السُّودَا جَنَّتْ لَا تَخْتَصِم

«عشق تو به اشیا تو را کور و کر می‌کند. با من ستیزه مکن، زیرا نفس سیاه‌کار تو چنین گناهی مرتکب شده‌است.»

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۷۲۴)

عشق تو به چیزهای جسمی و آوردن آن‌ها به مرکزت، چشم عدم‌بین و گوش سکوت‌شنوی تو را کور و کر می‌کند؛ پس با من یا دیگران ستیزه نکن، زیرا من ذهنی سیاه‌کار تو با مرکز پر از همانندگی چنین گناهی مرتکب شده‌است. «بیت هندسی»

حدیث

«حُبُّكَ الْأَشْيَاءَ يُعْمِي وَ يُصِمُّ.»

«عشق تو به اشیا تو را کور و کر می‌کند.»

کوری عشق است این کوری من  
حُبُّ يُعْمِي وَ يُصِمُّ است، ای حَسَن

«آری اگر من دچار کوری باشم، آن کوری قطعاً کوری عشق است نه کوری معمولی. ای حَسَن، بدان

که عشق موجب کوری و کر می‌شود.»

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۳۶۲)

آری اگر من دچار کوری باشم، آن کوری قطعاً کوری عشق است نه کوری حاصل از دید همانندگی‌ها، چون به غیر از عشق و خداوند چیز دیگری نمی‌بینم. ای انسان، بدان که عشق موجب کوری و کر می‌شود. عشق نسبت به هر چیزی غیر از خداوند می‌شود و او فقط برحسب زندگی می‌بیند.

«بیت هندسی»

کورم از غیر خدا، بینا بدو  
مقتضای عشق این باشد بگو

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۳۶۳)

مقتضا: لازمه، اقتضاشده

من نسبت به هر چیزی که به جای عدم یا خداوند در مرکز قرار بگیرد، کورم و با هشجاری نظر نسبت به مرکز عدم بینا هستم. لازمه عشق، یعنی وحدت مجدد با خداوند، همین است که در اطراف اتفاقات فضاگشایی کنم تا آنها به مرکز نیایند و از هر آنچه که ذهن نشان می‌دهد چشم بپوشم. پس ای انسان، تو نیز با عمل کردن به این اصل، آن را بیان کن.

«بیت هندسی»

## بی آن خمیرمایه گر تو خمیر تن را صد سال گرم داری، ناننش فطیر باشد

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۸۳۹)

فطیر: نانی که درست پخته نشده باشد.

بدون خمیرمایه فضاگشایی، در حالی که از زندگی قطع هستی و با سبب‌سازی فکر و عمل می‌کنی، بازهم آخر سر نان تو خمیر خواهد شد. حتی اگر صد سال من‌ذهنی را گرم نگه داری، او را بخواهی و با او زندگی‌ات را درست کنی، نمی‌توانی نان خوب بپزی. [بنابراین باید فضا را باز کنی تا خرد، برکت، عشق و زیبایی زندگی به فکر و عملت بریزد.]

**نکته:** اگر فضا را ببندی، هرچه بخواهی درست کنی مثلاً خانواده تشکیل دهی، کار کنی، بدنت را درست کنی، بدن‌سازی کنی همه این‌ها خراب می‌شوند. هر چقدر هم تنور و خمیر را گرم نگه داری فایده ندارد.

## ای یَرانا، لا نَرَاهُ رَوز و شب چشم‌بندِ ما شده دیدِ سبب

«ای خدایی که روز و شب ما را می‌بینی و ما تو را نمی‌بینیم، اصولاً سبب‌سازی

ذهنی چشمان را بسته‌است.»

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۸۸۹)

ای خداوندی که روز و شب ما را می‌بینی و ما تو را نمی‌بینیم، چون اصولاً سبب‌سازی ذهنی چشمان عدم ما را بسته و صنع و طرب تو را نداریم، دچار غم و غصه شده‌ایم و تو را نمی‌بینیم.  
**نکته ۱:** وقتی به این جهان آمدیم از جنس او بودیم، غیر از او همه‌چیز حادث است. این حادث‌ها که ذهنمان می‌بیند، همه می‌توانند مایه و عامل سبب‌سازی شوند.

**نکته ۲:** شما با سبب‌سازی خوشی ایجاد می‌کنید و می‌گویید پولم زیاد شده، هر کسی پولش زیاد شود باید خوشحال باشد من هم خوشحالم. نمره فرزندم بیست شده یعنی بچه من از بچه مردم بهتر است؛ بنابراین من از این اتفاق می‌توانم یک استفاده‌ای کنم، من‌ذهنی‌ام را بالا ببرم، دیده شوم و به همه بگویم بچه من بیست می‌گیرد، توجه و تائید مردم را بگیرم و دیده شوم، در حالی که این‌ها همه لذت ذهنی و توهم است و با سبب‌سازی ذهنی ایجاد شده‌است. شما بگویید من هر خوشی و هر لذتی را که با سبب‌سازی ذهن ایجاد می‌شود، نمی‌خواهم.

## من سبب را ننگرم، کآن حادث است زانکه حادث حادثی را باعث است

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۶۴۰)

حادث: تازه پدید آمده.

من نباید به سبب نگاه کنم، زیرا سبب چیزیست که ذهنم نشان می‌دهد، حادث است و جنس اصلی من نیست. من می‌خواهم خودم را به صورت آلت شناسایی کنم. اگر به حادث نگاه کنم باعث می‌شود به سبب‌سازی بیفتم؛ چون هر حادثی در ذهن باعث به وجود آمدن حادث دیگری می‌شود.

## لطف سابق را نظاره می‌کنم هرچه آن حادث، دوپاره می‌کنم

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۶۴۱)

من در این لحظه فضا را باز کرده و لطف سابق و لطف خدا را نظاره می‌کنم که رحمت اندر رحمت است. هر آنچه را که ذهن نشان می‌دهد و می‌خواهد مرا به سبب‌سازی ببرد و از صنع بازدارد دوپاره می‌کنم؛ یعنی هر چیزی را که ذهنم نشان می‌دهد به عنوان ناظر می‌بینم، از اثر می‌اندازم و دست به آفریدگاری می‌زنم.

## پنج وقت آمد نماز و رهنمون عاشقان را فی صلاۀ دائِمون

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۶۶۹)

برای مسلمانان نماز و رهنمون پنج دفعه در شبانه‌روز است اما عاشقان دائماً هر لحظه فضا را باز می‌کنند، به زندگی وصل و در نمازند. [عاشقان کسانی هستند که مرکزشان عدم است، هشیاری‌شان بر هشیاری منطبق شده و با خدا یکی شده‌اند].

(قرآن کریم، سوره معارج (۷۰)، آیه ۲۳)

«الَّذِينَ هُمْ عَلَىٰ صَلَاتِهِمْ دَائِمُونَ.»

«آنان که به نماز مداومت می‌ورزند.»

توضیح آیه:

نمازگزاران حقیقی عاشقانی هستند که هر لحظه فضا را باز می‌کنند، به زندگی وصل و در نماز هستند.

صورت اقبال شکرریز گفت:

شکر چو کم نیست، شکایت چرا؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۷)

اقبال: بخت، کنایه از تجلی خداوند.

وقتی فضا باز می‌شود و صورت بخت شکرریز و شادی‌بخش به مرکز انسان می‌آید. به او می‌گوید وقتی می‌توانی از من استفاده کنی، شکر کنی و راضی باشی چرا فضا را می‌بندی و شکایت می‌کنی؟



## در دلش خورشید چون نوری نشاند

### پیشش اختر را مقادیری نماند

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۸۷۵)

اختر: ستاره.

وقتی فضای درون انسان باز می‌شود و خورشید خداوند نوری را در دلش مستقر می‌کند، دیگر پیش او ستاره من‌ذهنی، همانیدگی‌ها و دردها درخشش و ارزششان را از دست می‌دهند.

## پس بدید او بی‌حجاب اسرار را

### سیر روح مؤمن و کفار را

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۸۷۶)

[کسی که خورشید زندگی دلش را روشن کرده و در شب دنیا ناظر ذهنش شده،] بدون حجاب همانیدگی‌ها همه اسرار را می‌بیند و متوجه می‌شود که روح انسانی که فضا را باز می‌کند و روح انسانی که من‌ذهنی دارد چگونه سیر می‌کنند.

**نکته ۱:** سیر روح من‌ذهنی به این صورت است که مرتب از یک همانیدگی به همانیدگی دیگر می‌پرد، بر حسب همانیدگی بلند می‌شود، می‌خواهد خودش را به مردم بفروشد و تأیید و توجه بگیرد، این کفر است. در مقابل، انسان مؤمن فضا را باز می‌کند، متواضع است، شکر می‌کند، راضی‌ست، صبر دارد، مسئله ایجاد نمی‌کند، نمی‌خواهد دیده بشود، توجه نمی‌خواهد، چیزی ندارد که برحسب آن هنرنمایی کند، می‌گوید نمی‌دانم و واقعاً به قضا و کن‌فکان دل می‌بندد.

**نکته ۲:** اگر خداوند نورش را در مرکز شما مستقر نمی‌کرد، نمی‌توانستید با این برنامه پیش بروید، به این برنامه گوش کنید و روی خودتان کار کنید.

**نکته ۳:** همانیدگی‌ها رفته‌رفته ضعیف می‌شوند. اگر هم وجود داشته باشند، دیگر نیرویی برای جذب شما ندارند. همین‌که یک همانیدگی را می‌بینید نیروی جذب‌کنندگی او را می‌گیرید و خلع سلاحش می‌کنید.

هین مَران از رویِ خود او را بعید  
آن‌که او یک بار آن رویِ تو دید

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۸۹۷)

خداوندا، کسی را که یک بار فضاگشایی کرده و روی تو را دیده‌است از خودت دور نکن. [خداوند کسی را که حتی یک بار فضاگشایی کرده از درگاهش نمی‌راند، بلکه این تقصیر ما انسان‌هاست که دوباره چیزها را به مرکزمان می‌آوریم و از خداوند دور می‌شویم.]

دید رویِ جز تو شد غُلِّ گلو  
کُلُّ شَیْءٍ مَاسِوَى اللّٰهِ باطلٌ

«دیدنِ روی هر کس به‌جز تو زنجیری است بر گردن. زیرا هر چیز جز خدا باطل است.»

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۸۹۸)

غُلِّ: زنجیر.

خداوندا، دیدن روی هر کسی به غیر از تو زنجیری بر گردن است و انسان تنها با فضاگشایی می‌تواند روی تو را ببیند؛ زیرا هر چیز جز خدا که ذهن می‌بیند و به مرکز انسان می‌آید باطل است، او را باطل می‌کند و زنجیر گردنش می‌شود.

(قرآن کریم، سوره یس (۳۶)، آیه ۸)

«إِنَّا جَعَلْنَا فِي أَعْنَاقِهِمْ أَغْلَالًا فَهِيَ إِلَى الْأَذْقَانِ فَهُمْ مُّقْمَحُونَ.»

«و ما بر گردن‌هایشان تا زَنخ‌ها غُل‌ها نهادیم، چنان‌که سرهایشان به بالاست و پایین آوردن نتوانند.»

باطلند و می‌نمایندم رَشَد  
ز آن‌که باطل باطلان را می‌کشد

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۸۹۹)

رَشَد: هدایت، رهنمایی.

همه چیزهایی که غیر از خدا به مرکز من می‌آیند باطل هستند و مرا نیز باطل می‌کنند؛ آن‌ها من را راهنمایی می‌کنند برای این‌که هر چیز باطلی، باطلان را به سوی خودش می‌کشد.

## ذره ذره کاندین آرض و سماست جنس خود را هریکی چون کهرُباست

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۹۰۰)

آرض: زمین.

سما: سماء، آسمان.

طبق قانون جذب، تمام ذراتی که در زمین و آسمان است جنس خودشان را مثل کهربا جذب می‌کنند. [بنابراین من ذهنی یک من ذهنی را جذب می‌کند و کسی که فضا را باز کرده به سوی انسان فضاگشا کشیده می‌شود].

**نکته ۱:** انسان‌های فضاگشا فقط زندگی را می‌بینند، برای همین با خواندن آثار مولانا دلتان باز می‌شود و به سوی زندگی کشیده می‌شوید، چرا که مولانا به زندگی زنده است و همان یک زندگی را در شما به ارتعاش درمی‌آورد.

**نکته ۲:** اگر چیزی به مرکزتان بیاید، باطل می‌شوید و به سوی باطلان جذب می‌شوید.

**نکته ۳:** وقتی شما می‌گویید: «سعی می‌کنم»، من ذهنی‌تان می‌گوید: «بگذار من سعی کنم.» سعی کردن حقیقی زور زدن با ذهن و اجرای قواعد من ذهنی نیست، بلکه بیکار کردن ذهن است.

## چشم من از چشم‌ها بگزیده شد

تا که در شب آفتابم دیده شد

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۸۹۰)

چشم من به عنوان انسان انتخاب شده که در شب جسم و دنیا، آفتاب خداوند را ببیند. [چشم همه انسان‌ها از بین چشم‌ها بگزیده شده. انسان تنها باشنده‌ای است که می‌تواند هشیارانه به خدا زنده شود، برای همین باید از ذهن خارج شود. اگر کسی تصمیم بگیرد که از ذهن برود، این مطالب را بخواند، موانع را ببیند و نگذارد موانع جلوی او را بگیرند، در شب دنیا آفتاب روی خدا را می‌بیند، یعنی به عشق می‌رسد و به خداوند زنده می‌شود].

لطفِ معروف تو بود آن، ای بهی  
پس کمالُ البرِّ فی اِتمامِه

«ای زیبا، این که در شب دنیا تو را می بینم از لطف و احسان تو است. پس کمال احسان در اتمام آن است.»

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۸۹۱)

بهی: تابان، روشن، زیبا.

ای خداوند زیبا، این یک موهبت بزرگ و لطف معروف تو بوده است که من در شب جسم می توانم تو را ببینم، پس احسان و نیکی خود را در حق من کامل و تمام کن؛ برای همین من از لحظاتم با فضاگشایی کاملاً استفاده می کنم و در راه توقف نمی کنم تا به بی نهایت و ابدیت تو زنده شوم.

یارب، اَتَمِّمُ نُورَنَا فِي السَّاهِرَةِ  
وَأُنَجِّنَا مِنْ مُفْضِحَاتِ قَاهِرَةِ

«پروردگارا، در روز قیامت، نور ما را به کمال رسان. و ما را از رسواکنندگان قهار نجات ده.»

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۸۹۲)

ساهره: عرصه محشر، روز قیامت.

مُفْضِحَات: رسواکنندگان.

پروردگارا، حالا که ما فضاگشایی می کنیم همین لحظه که قیامت ماست، نور ما را به کمال برسان؛ یعنی ما را از همانیدگی ها برهان و به بی نهایت خود زنده کن و ما را از رسواکنندگان قهار یعنی همانیدگی و دردها نجات بده.

**نکته:** سبب سازی براساس درد، دون شأن انسان و رسواکننده بسیار بسیار قهار است. رحم نمی کند، آبروی ما را می برد. ما نمی خواهیم آبرویمان پیش تمام موجودات کائنات برود که ما انسان بودیم، می توانستیم به بی نهایت خداوند زنده شویم، زنده نشده ایم، در ذهن مانده و درد کشیده ایم. درد کشیدن در حالی که می توانیم به شادی بی سبب و خرد زندگی دست پیدا کنیم، واقعاً رسوایی و باعث سرشکستگی و شرمندگی است.

## کورمرغانیم و بس ناساختیم کآن سلیمان را دمی نشناختیم (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۴۶)

ما مرغان کوری هستیم که برحسب هشیاری جسمی و برحسب اجسام جهان را می‌بینیم. ما در من‌ذهنی بسیار غیر حاضر و بدون آمادگی هستیم و از خودمان و من‌ذهنی‌مان که دیدش دید ملامت و ایجاد درد است بی‌خبریم و هیچ موقع درست فضاگشایی نکردیم که آن سلیمان یا خداوند را یک لحظه بشناسیم.

**نکته:** شما صبر، شکر، رضا و فضاگشایی را شناخته‌اید؟ این را که ذهن جای خطرناکیست و باعث خروب بودن انسان می‌شود شناخته‌اید؟ آن قدر نرم و پذیرا شده‌اید که زیر بار بروید، بگویید این دردها و مسائل را من برای خودم ایجاد کرده‌ام و اگر زندگی‌ام پیش نمی‌رود من با من‌ذهنی‌ام نمی‌گذارم؟ اگر این‌ها را نپذیرفته‌اید پس ناساختید؛ بنابراین یک لحظه هم روی خداوند را ندیده‌اید و او را نشناخته‌اید.

## همچو جعدان دشمنِ بازان شدیم لاجرَم و امانده ویران شدیم (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۴۷)

ما انسان‌ها در من‌ذهنی همانند جعدا که دشمن بازان هستند، دشمن بزرگانی چون مولانا شدیم، با آن‌ها به مخالفت برخاسته‌ایم و نمی‌توانیم حرف‌هایشان را بپذیریم؛ چراکه ما با من‌ذهنی عاشق خرابی و ویرانی هستیم، پس به ناچار در ویرانه و جهنم این دنیا و ذهن خواهیم ماند.

**نکته ۱:** شما بگویید آیا من یار مولانا هستم؟ در اشاعه این دانش و نصب آن روی خودم می‌کوشم؟ مطابق آن خودم را تغییر می‌دهم یا مثل جعد دشمن مولانا هستم؟

**نکته ۲:** شما یک چیزی را بگویید که ما آن را ویران نکرده باشیم. آب‌ها را آلوده می‌کنیم، انسان‌ها را می‌ترسانیم و آواره می‌کنیم، مکان‌ها را ویران می‌کنیم، زمان‌ها را به غم می‌گذارنیم، رابطه‌مان را با همسرمان، بچه‌مان و با خودمان خراب می‌کنیم. برای این‌که سلیمان را یک لحظه هم نشناخته‌ایم.

**نکته ۳:** زندگی فقط به وسیله انسان‌هایی می‌تواند خرد و برکتش را پخش کند که حاضر و ناظر باشند.

زآن محمد شافع هر داغ بود  
که ز جز حق چشم او مازاغ بود  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۸۶۱)

شافع: شفاعت‌کننده.

داغ: در این جا یعنی گناه‌کار.

حضرت رسول یا هر انسانی که به زندگی زنده شده‌است از آن رو شفاعت‌کننده هر داغ گناه، همانندگی و درد ذهنی می‌شود که چشم او غیر از حق چیزی را نمی‌بیند. [در واقع لحظه‌به‌لحظه فضاگشایی می‌کند، مرکزش عدم است و از طریق سوها و سبب‌ها نمی‌بیند. دو چشمش باز و از جنس زندگی شده‌است؛ بنابراین زندگی را در انسان‌ها می‌بیند و به ارتعاش درمی‌آورد، به طوری که مرکزشان نیز عدم می‌شود و خداوند این امکان را پیدا می‌کند که آن‌ها را درست کند.]

**نکته:** شفاعت‌کننده این نیست که ما با من ذهنی فکر می‌کنیم یک نفر به خدا بگوید این شخص فامیل من است، به او کمک کن تا به بهشت برود. چنین چیزی نیست، بلکه هر کسی که فضا را باز می‌کند و از جنس زندگی می‌شود، چون زندگی به وسیله آن شخص برکتش را پخش می‌کند، شافع و شفاعت‌کننده می‌شود.

(قرآن کریم، سوره نجم (۵۳)، آیه ۱۷)

«مَا زَاغَ الْبَصَرُ وَ مَا طَغَىٰ.»

«چشم خطا نکرد و از حد درنگذشت.»

در شب دنیا که محجوب است شید

ناظر حق بود و زو بودش امید

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۸۶۲)

شید: خورشید.

در شب دنیا، همین شب جسم یا ذهن که خورشید خداوند پنهان است و ما آن را نمی‌بینیم، اگر کسی عارف باشد، با فضاگشایی شاهد و ناظر خداوند می‌شود و فقط از او امید دارد، نه از همانندگی‌ها و چیزهایی که ذهن نشان می‌دهد.

## از آلمِ نَشْرَحِ دو چشمش سُرْمه یافت دید آنچه جبرئیل آن برنتافت

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۸۶۳)

چشمان حضرت رسول از گشوده شدن فضای درون، بینایی یافت و تبدیل به چشم عدم شد، بنابراین به خداوند زنده شد و چیزی را دید که جبرئیل نمی‌توانست ببیند و تحمل کند. [این در مورد هر انسانی صادق است.]

(قرآن کریم، سوره انشراح (۹۴)، آیه ۱)

«أَلَمْ نَشْرَحْ لَكَ صَدْرَكَ.»

«آیا ما سینه تو را نگشادیم؟»

## از دَمِ حُبِّ الْوَطَنِ بگذر، مایست که وطن آن سوست، جان این سوی نیست

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۱۱)

این قدر از حدیث «حُبُّ الْوَطَنِ» دم نزن و نگو که وطن حقیقی من ذهن است و آنجا را دوست دارم. از این مرحله ذهن عبور کن و در آن متوقف نشو؛ چراکه تو هشیاری هستی و وطن حقیقی تو آن سوی ذهن یعنی فضای یکتاییست و در این سو یعنی در من ذهنی نیست.

گر وطن خواهی، گذر ز آن سوی شَط

این حدیثِ راست را کم خوان غلط

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۱۲)

شَط: رودخانه

اگر وطن حقیقی خود یعنی فضای یکتایی را می‌خواهی، باید از این جوی ذهن و جریان فکرها گذر کنی؛ یعنی باید سبب‌سازی و حادث‌ها را بی‌اثر کنی. این حدیث درست را که می‌گوید: «وطن دوستی از ایمان است.» آن قدر به غلط نخوان، آگاه شو که وطن تو ذهن نیست، بلکه فضای یکتاییست.



**نکته ۱:** ما موقعی می‌توانیم خداوند را ببینیم که با ذهن نخواهیم او را ببینیم. شما باید یک روز به این نتیجه برسید که ابزار ذهن خداوند را درست نشان نمی‌دهد، هشیاری جسمی‌ست و هرچه که من فکر می‌کنم توهم است و خداوند نیست.

**نکته ۲:** قضا و کُن فکان و فضاگشایی موقعی صورت می‌گیرد که شما قضاوت و مقاومت نکنید، ساکت شوید و آنصتوا را رعایت کنید؛ بنابراین یک‌دفعه متوجه می‌شوید که فضا دار شده‌اید و قادر هستید در مقابل حرکات مردم فضا را باز کنید و آن فضا آن‌ها را در خودش جا بدهد. قبلاً نمی‌توانستید، قبلاً مقاومت می‌کردید و در شما جا نبود.

**نکته ۳:** شما باید حواستان به خودتان باشد، کمتر با ذهنتان مزاحم خودتان شوید؛ یعنی سؤال نکنید و سؤال کردن را کنار بگذارید.

**نکته ۴:** فهمیدن در همین حد است که وقتی می‌گویم سؤال نکنید، شما بفهمید نباید سؤال کنید و باید صبر کنید. خودتان را زیر فشار قرار ندهید. نگویید من با فکر کردن این موضوع را حل می‌کنم، با فکر کردن حل نمی‌شود. فکر کردن مربوط به هشیاری جسمی‌ست. سبب‌سازی و علت و معلول کردن در کارهای بیرون گاهی جور درمی‌آید ولی اگر براساس توهم ما باشد، جور در نمی‌آید؛ بنابراین اصل در این لحظه صنع است، ولی با من ذهنی صنع امکان ندارد.

حدیث

«حُبُّ الْوَطَنِ مِنَ الْإِيمَانِ.»

« وطن دوستی از ایمان است.»

توضیح حدیث:

این حدیث اگر به فرم اطلاق شود، غلط است و برای این آمده که بگوید وطن اصلی ما آن طرف است و هر کسی وطن اصلی‌اش را که پیش خدا و قاف قربت اوست دوست داشته باشد، این شخص ایمان دارد.

## از غیب رو نمود صَلّایی زد و برفت کاین راه کوتاه است، گرت نیست پا رَوا

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۹۸)

صلا: دعوت عمومی.

رَوا: مخفّفِ روان، رونده.

خداوند این لحظه از غیب رو نمود، خودش را نشان داد، یک دعوت عمومی کرد و رفت. با این دعوت عمومی گفت اگر پای منذهنیات روان نباشد، یعنی با اسباب‌های ذهنی کار نکنی، راه تبدیل هشیاری جسمی به هشیاری حضور کوتاه است. [علت این‌که صلاّی زندگی رفت، این است که ما نخواستیم ببینیم، پیغامش را بگیریم و فضا را باز کنیم، بلکه سعی کردیم با مقاومت و قضاوت منذهنی تشکیل بدهیم و به وسیله ذهنمان ببینیم.]

ز تو تا غیب، هزاران سال است

چو رَوی از ره دل، یک قدم است

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۳۵)

از تو تا غیب، یعنی زنده شدن به بی‌نهایت و ابدیت خدا، هزاران سال است اما اگر با فضاگشایی از راه دل بروی یک قدم است.

سیرِ عارف هر دَمی تا تختِ شاه

سیرِ زاهد هر مَهی یک‌روزه راه

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۱۸۰)

سیرِ عارف با فضاگشایی هر لحظه پای تخت خداوند است اما زاهدی که منذهنی دارد راه یک روزه را یک ماهه می‌رود. [زاهد در این‌جا منفی‌ست. کسی‌ست که زهد و پرهیز خشک ذهنی دارد و صرفاً یک‌سری کارها را انجام می‌دهد یا از انجام یک‌سری کارها پرهیز می‌کند اما فضا را باز نمی‌کند که با صنع و طرب زندگی فکر و عمل کند؛ بنابراین راهی که عارف در یک لحظه می‌رود برای او سال‌ها طول می‌کشد یا شاید اصلاً نتواند برود. مگر این‌که در اثر فشارِ درد به اشتباهش پی ببرد.]

عاشقان از بی‌مرادی‌های خویش

باخبر گشتند از مولای خویش

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۶)

انسان‌های عاشق وقتی بی‌مراد شدند، یعنی اتفاقات مطابق سبب‌سازی و انتظار آن‌ها پیش نرفت، فضا را باز کردند و از خداوند و قضا که این اتفاق را به وجود آورده باخبر شدند و فهمیدند که عقلشان باید مغلوب عقل خداوند باشد.

«بیت هندسی»

بی‌مرادی شد قلاووزِ بهشت

حُفَّتِ الْجَنَّةُ شِنُو، ای خوش‌سرشت

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷)

قلاووز: پیش‌آهنگ، پیش‌رو لشکر.

اگر در برابر بی‌مرادی به جای ناله و شکایت فضا را باز کنی و رضا داشته باشی، بی‌مرادی راهنمای تو به بهشت و فضای گشوده‌شده می‌شود. ای نیک‌سرشت که ذاتت از ذات خداست، این حدیث را بشنو که می‌گوید: «بهشت در چیزهای ناخوشایند پوشیده شده و دوزخ در شهوات.» [چیزهای ناخوشایند یعنی همان چیزهایی که ذهن دوست ندارد و شهوات چیزهایی‌ست که ذهن عاشق آن‌هاست.]

«بیت هندسی»

حدیث

«حُفَّتِ الْجَنَّةُ بِالْمَكَارِهِ وَ حُفَّتِ النَّارُ بِالشَّهَوَاتِ.»

«بهشت در چیزهای ناخوشایند پوشیده شده و دوزخ در شهوات.»

## زاهدِ باترس می‌تازد به پا عاشقان پَران‌تر از برق و هوا

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۱۹۲)

زاهدی که می‌ترسد، با پایِ ذهن پیاده می‌رود اما عاشقان از برق و هوا، یعنی نور آسمان در زمان رعد و برق هم پَران‌تر هستند. [عاشقان از سریع‌ترین وسایل نقلیه هم سریع‌تر می‌روند، آن‌ها فضا را می‌گشایند و در یک لحظه پیش خدا هستند.]

## منگر اندر نقشِ زشت و خوبِ خویش بنگر اندر عشق و در مطلوبِ خویش

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۴۳۷)

تو به نقشِ زشت و خوب خودت و به آنچه که ذهنت نشان می‌دهد نگاه نکن. بلکه فضا را باز کن و در عشق و مطلوب خود بنگر. نگاه کن که از جنس الست و بی‌نهایت فضاگشایی هستی و در این جهان باید با خداوند یکی شوی.

**نکته:** یکی از علت‌هایی که ما نمی‌توانیم از ذهن خارج شویم این است که ما وابسته و دلبسته نقش‌هایمان شده‌ایم. می‌خواهیم نقش‌هایمان را خوب بازی کنیم. مثل نقش‌های مثبت پدری و مادری. می‌گوییم من می‌خواهم بهترین پدر یا مادر دنیا شوم و این نقش در مرکز است.

## منگر آن‌که تو حقیری یا ضعیف بنگر اندر همتِ خود، ای شریف

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۴۳۸)

ای انسان شریف، با ذهنت خودت را ارزیابی نکن که حقیر هستی یا ضعیف، بلکه به همت خودت و خواست ایزدی که می‌خواهد طرب و شادی بی‌سبب و صنع و آفرینش خود را به تو ببخشد و به تو کمک کند نگاه کن.

تو به هر حالی که باشی، می‌طلب  
آب می‌جو دایماً، ای خشک‌لب  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۴۳۹)

ای خشک‌لب، ای کسی که به واسطه سبب‌سازی و ماندن در حال و قال ذهنی از آب زندگی محروم شده و تشنه‌ای، در هر حالت و وضعیتی که هستی دائماً طلب داشته باش، یعنی فضا را باز کن و طالب خداوند، پیغام و برکت او باش.

عاشقی تو بر من و بر حالتی  
حالت اندر دست نبود، یا فتی  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۴۱۵)

فتی: جوان، جوان‌مرد.

مولانا از زبان زندگی به انسان می‌گوید: [تو ظاهراً عاشق منی ولی درحقیقت عاشق حال من ذهنی خودت هستی که وابسته به چیزهای بیرونی است. ای جوانمرد، باید بدانی که حال تو در ذهن قابل کنترل نیست و بستگی به چیزهای آفل دارد که مدام تغییر می‌کنند. [بنابراین تو نمی‌توانی حال خوب را در خودت نگه داری.]

پس نی‌ام کلّی مطلوب تو من  
جزو مقصودم تو را اندر زمن  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۴۱۶)

زمن: زمان، روزگار.

پس ای انسان، من مطلوب و منظور اصلی از زندگی در این لحظه نیستم و خواسته‌ات زنده شدن به من نیست، بلکه درست مانند سایر اهداف هستم که می‌خواهی در طول زمان به آن دست یابی و به عنوان یک هدف آن را دنبال کنی تا حال من ذهنی تو را خوب کند و با ذهن همانیده به آن دست پیدا کنی.

**نکته:** زنده شدن به خداوند نمی‌تواند یک هدف زمانی باشد، بلکه این کار منظور ما در این لحظه است. در واقع هر کاری که ما می‌کنیم و هر اتفاقی که زندگی به وجود می‌آورد برای این است. شما باید بگویید من هر لحظه حواسم به این کار است. این کار سخت است، برای این که ما عادت کرده‌ایم همانندگی‌ها

را زیاد کنیم، در زمان روان‌شناختی از آن‌ها زندگی بخواهیم و وضعیت زندگی و حال من‌ذهنی‌مان را خوب کنیم.

حَيْثُ مَا كُنْتُمْ فَوَلُّوا وُجُوهَكُمْ  
نَحْوَهُ هَذَا الَّذِي لَمْ يَنْهَكُمْ

«در هر وضعیتی هستید روی خود را به سوی آن وحدت و یا آن سلیمان بگردانید که این چیزی است که خدا شما را از آن باز نداشته‌است.»

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۴۵)

در هر وضعیتی ذهنی که هستید و هر جور که خودتان را می‌بینید، روی خود را به سوی آن وحدت، به سوی خدا یا سلیمان بگردانید که این چیزی است که خدا شما را از آن باز نداشته‌است. [یعنی در هر وضعیتی فضا را باز کنید و رو به خدا کنید، رو به جسم نکنید و جسم را به مرکزتان نیاورید. بگذارید مرکزتان عدم شود، نگذارید ذهنتان با سبب‌سازی بگوید فعلاً وقتش نیست.]

«بیت هندسی»

خیزید مخسپید که نزدیک رسیدیم  
آوازِ خروس و سگِ آن کوی شنیدیم

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۸۰)

ای انسان‌ها، با فضاگشایی لحظه‌به‌لحظه از خواب ذهن بلند شوید، بیدار بمانید و دیگر نخوابید، زیرا ما نزدیک کوی یار و عشق هستیم و نزدیک است که به بی‌نهایت و ابدیت خداوند زنده شده و با او یکی شویم. آوازِ سگِ کوی یار یا من‌ذهنی‌مان را که مدام حرف می‌زند شنیده‌ایم. اکنون این قدرت تمییز را داریم تا با فضاگشایی آواز سگ من‌ذهنی را که براساس همانندگی‌هاست، از آوازِ خروسِ دهِ خداوند که برای بیداری ما از مرکز عدم‌مان برمی‌خیزد، تشخیص دهیم.

## درگذر از فضل و از جَلدی و فن کار خدمت دارد و خُلُقِ حَسَن

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۵۰۰)

جَلدی: چابکی، چالاکي.

ای انسان از دانش ذهنی، تیزهوشی، تیزبینی، حاضر جوابی، زرنگی‌ها و فن‌های من‌ذهنی بگذر. کار مؤثر فضاگشایی، خدمت به مردم و داشتن خُلُقِ زیبای حضور، همراه با خرد خداوند، بخشش، شادی و صُنْعِ زندگی‌ست.

**نکته ۱:** خُلُقِ حَسَن یعنی شما شمع خودتان را روشن می‌کنید و نور می‌اندازید، مردم خودشان آن را می‌بینند. ما قاضی نیستیم، چراغ هستیم. چراغ بودن خُلُقِ حَسَن و خدمت است. اگر شما چراغ را چنان روشن کنید که مردم ببینند و اشتباه نکنند، این خدمت است.

**نکته ۲:** اگر مردم را عصبانی نکنیم، فضاگشایی کنیم، من‌ذهنی‌شان را بالا نیاوریم، خاصیتی از خودمان را بیان نکنیم و براساس آن بلند نشویم که آن‌ها هم بلند شوند، من خود را به آن‌ها نشان ندهیم و من‌ذهنی آن‌ها را تحریک نکنیم، این کار خدمت است.

## آبِ ما محبوسِ گِلِ مانده‌ست، هین بحرِ رحمت، جذب کن ما را ز طین

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۵۱)

طین: گِل.

هشیاری ما محبوسِ گِلِ همانیدگی‌ها شده‌است. ای دریای ایزدی که هر لحظه رحمت اندر رحمت هستی، هشیاری ما را که از جنس آلت است اما در گِلِ همانیدگی‌ها گیر کرده، به سوی خودت جذب کن.



بحر گوید: من تو را در خود کشم

لیک می لافی که من آبِ خوشم

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۵۲)

دریای رحمت خداوند می گوید: من تو را در خودم می کشم و به سوی خودم جذب می کنم اما تو هر لحظه ادعا می کنی که من آبِ خوش، صافی و ناب هستم؛ یعنی ایراد و اشکالی ندارم، نورِ مطلق و هشیاریِ حضور هستم و اصلاً همانندگی و درد ندارم، در حالی که پُر از درد و همانندگی هستی.

لاف تو محروم می دارد تو را

ترکِ آن پنداشت کن، در من درآ

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۵۳)

ای مدعی، در این لحظه این ادعا و دروغ تو که می گویی من آبِ خوشم و ایراد و اشکالی ندارم تو را از جذب توسط من محروم می کند. این پندار، توهم و تصورات من ذهنی را که من عاقلم، می دانم و خودم با سبب سازی کارهایم را پیش می برم رها کن؛ یعنی مقاومت نکن، ناموس و پندار کمال را دور بینداز و به سوی دریای رحمت من بیا.

آبِ گِل خواهد که در دریا رَوَد

گِل گرفته پای آب و می کشد

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۵۴)

آبِ زندگی و هشیاری ما که در تله من ذهنی و همانندگی ها محبوس شده، می خواهد به سوی دریای خداوند برود اما گِل همانندگی ها پای آبِ هشیاری را گرفته و به سوی خود می کشد.

گر رهاند پای خود از دستِ گِل

گِل بماند خشک و او شد مستقل

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۵۵)

اگر انسان با فضاگشایی پایِ هشیاریِ خود را از دستِ گِلِ همانندگی ها رها کند، در این صورت گِلِ همانندگی ها خشک می شود و او براساسِ ذاتش به بی نهایت خداوند زنده شده، از جهان و تمام

همانندگی‌ها مستقل و قائم به ذات خودش می‌شود؛ در نتیجه هیچ‌چیزی نمی‌تواند استقلال و آزادی‌اش را به هم بریزد.

**نکته:** در داستان سنقر و امیر، سنقر از امیر اجازه می‌گیرد تا به مسجد برود و «لَمْ یَكُنْ» بخواند، امیر هم به او اجازه می‌دهد؛ چون امیر به عنوان من‌ذهنی ما نمی‌تواند وارد فضای گشوده‌شده شود، باید بیرون مسجد بماند. سنقر وارد مسجد می‌شود و «لَمْ یَكُنْ، من نظیر ندارم» را به جا می‌آورد. من نظیر ندارم یعنی دیگر به مقایسه نمی‌روم و جسم نمی‌شوم. امیر هفت بار سنقر را صدا می‌زند، بالاخره خسته می‌شود و سنقر هم آن‌قدر «لَمْ یَكُنْ» می‌خواند، به ذهن نمی‌رود، مقایسه نمی‌کند، حرف نمی‌زند، مرکزش را جسم نمی‌کند که ظهر می‌شود؛ یعنی فضا باز شده و امیر یا همانندگی در نور آفتاب زندگی خشک می‌شود.

### آن کشیدن چیست از گل آب را؟

#### جذبِ تو نُقل و شرابِ ناب را

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۵۶)

منظور از بیرون کشیدن آب از گل چیست؟ این معادل این است که تو هشیاری و نُقل و شرابِ ناب را از زندگی جذب کرده و بیرون بکشی. [کشیدن آبِ زندگی از گلِ همانندگی‌ها باید با شادی و لذت زندگی همراه باشد نه با خوشی‌های من‌ذهنی. هر فضای گشوده‌شده و هر آسمانی معادل یک شادی خاص و حال خوب است.]

### هم‌چنین هر شهوتی اندر جهان

#### خواه مال و خواه جاه و خواه نان

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۵۷)

هر چیزی که در مرکز انسان باشد و ذهن بتواند آن را تجسم کند و به مرکز بیاورد، شهوت آن را پیدا می‌کند. می‌خواهد مال باشد، جاه و مقام باشد و یا می‌خواهد نان و هر چیزی که می‌تواند بخورد، باشد.

[ادامه در بیت بعد]

## هریکی زین‌ها تو را مستی کند چون نیابی آن، خُمارت می‌زند

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۵۸)

هر یک از این‌ها تو را مستِ ذهنی می‌کند، نه مست به مرکز عدم، فضای گشوده‌شده و خدا. من‌ذهنی‌ات را مست می‌کند و اگر آن‌ها را پیدا نکنی پژمرده، بیمار، خمار و دچار درد می‌شوی و فقدان آن را حس می‌کنی. [درست مثل وقتی که عاشق آدمی می‌شویم و وقتی او می‌رود ما دیگر خودمان را نمی‌شناسیم، دچار درد می‌شویم، دائماً حول محور او می‌گردیم و رفتنش ما را اذیت می‌کند و مدت‌ها طول می‌کشد تا از مرکز ما بیرون برود.]

## این خُماری غمِ دلیلِ آن شده‌ست که بدان مفقودِ مستی‌ات بُده‌ست

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۵۹)

این خُماری غم، غمی که از رفتن همانیدگی‌ها دچار آن می‌شوی، به این دلیل است که مست چیزهای آفل بودی و آنچه را که ذهنت نشان داد به مرکزت آوردی.

## جمع باید کرد اجزا را به عشق تا شوی خوش چون سمرقند و دمشق

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۲۸۹)

باید اجزا یعنی هشیاری به تله افتاده و پخش شده در هزار همانیدگی را با فضاگشایی و یکی شدن و وصل شدن به زندگی، جمع کنی. باید خودت را که در ذرات و همانیدگی‌ها تقسیم شده‌ای، با عشق جمع کنی تا در این انباشتگی حضور شاد شده و در چهار بُعد وجودت همچون سمرقند و دمشق آباد شوی.

جَوَّوِی چَوَن جَمعِ گَرْدی زِ اِشْتَباه

پس تَوان زِد بر تُو سِکَّهٔ پادشاه

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۲۹۰)

جَوَّوِ: یکجو یکجو و ذره ذره.

اگر صبر کنی و ذره ذره از اشتباهِ بیش از حد همانیده شدن با چیزها برگردی، خداوند می تواند مُهرش را روی سکه تو بزند و تو طلای خالص شوی؛ یعنی کاملاً از جنس زندگی شوی. [خداوند می تواند تو را خرج کند، یعنی بگوید بنده ای دارم که از طریق او بیان شادی و صنعم را تجربه می کنم و جهان را به وسیله او آباد می گردانم.]

## تو چو تیغِ ذوالفقاری، تنِ تو غلافِ چوبین اگر این غلاف بشکست، تو شکسته‌دل چرایی؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۴۰)

ای انسان، اصل و خدایت تو مثل تیغِ شمشیر بُرنده است و تنِ تو غلاف آن است. اگر در این لحظه هشیار شوی، فضا را بگشایی و غلاف من ذهنی‌ات بشکند، تو که خود شمشیر هستی چرا باید شکسته‌دل شوی؟ [دلِ تو که این ذهن نیست.]

**نکته:** این من‌ذهنی غلاف ماست و ما شمشیر تیز هستیم. هر موقع شما فضا را باز می‌کنید هم شمشیر تیز و هم شناسنده می‌شوید، هم در هر سنی حس مسئولیت می‌کنید که خودتان می‌توانید این گره را از پای جانتان باز کنید.

## تو چو بازِ پای‌بسته، تنِ تو چو کُنده بر پا تو به چنگِ خویش باید که گِره ز پا گشایی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۴۰)

تو مانند بازی هستی که پایت بسته شده و نمی‌توانی ببری. همانندگی‌ها و من‌ذهنی تو مانند کُنده‌ای از چوب بر پای تو بسته شده است. تو باید با دستان خودت این گره من‌ذهنی را از پای خود باز کنی. [نگو به من مربوط نیست، من نمی‌توانم، من چه می‌دانم، من مسئول نیستم، راه جبر را نرو. تو می‌توانی این بند را از پایت باز کنی و آزاد شوی تا کل جامعه رشد کند.]

## چه خوش است زرِّ خالصِ چو به آتش اندر آید چو کند درونِ آتش هنر و گُهرنمایی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۴۰)

چقدر خوب است انسان که از جنس طلای خالص است با فضاگشایی به آتش پرهیز، صبر، درد هشیارانه و شناسایی درآید تا ناخالصی‌هایش بسوزد و آنگاه گوهر اصلی‌اش که الست و زنده شدن به بی‌نهایت و ابدیت خداوند است، هنرنمایی کند و جوهر روی جوهر قایم شود.

همچنان مُرد و شکم بالا فگند

آب می بُردش نشیب و گه بلند

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۷۴)

آن ماهی [نیمه‌عاقل] خودش را به مردگی زد و شکمش را به طرف بالا داد، یعنی خودش را به آب سپرد و آب او را مدام بالا و پایین می‌برد. [او دیگر خودش با من ذهنی‌اش شنا نمی‌کرد].

**نکته:** این بیت مربوط به داستان سه ماهی در مثنوی‌ست که در آگیری زندگی می‌کنند. یکی عاقل، دیگری نیمه‌عاقل و آن یکی نادان است. ماهی عاقل نماد انسانی‌ست که وقتی یک بار حرف‌های مولانا را می‌شنود تصمیم می‌گیرد به دریا برود، بنابراین بدون این‌که با کسی مشورت کند به دریای یکتایی می‌رود. ماهی دیگر ماهی نیمه‌عاقل است که بیشتر انسان‌ها در این طبقه هستند. او با وجود این‌که خیلی معطل کرده ولی وقتی صیادها را می‌بیند خودش را به مردگی می‌زند، بالاخره یکی از صیادها او را می‌گیرد و رویش نُف می‌کند و می‌گوید این ماهی خوب بود که متأسفانه مُرد؛ بنابراین او را به خشکی می‌اندازد و او به صورت پنهانی و غلت‌غلتان خودش را در جوی می‌اندازد و به سمت دریا می‌رود. صیاد همین جامعه است که خرگیری می‌کند تا دردهایش را به انسان بدهد و او را به عنوان من‌ذهنی تربیت کند ولی اگر انسان به فضل، فن، دروغ و اطوارهای من‌ذهنی توجه نکند، صیادهای این جهان یعنی آن کسانی که من‌های ذهنی قوی هستند یا خود شیطان می‌گویند این شخص دیگر به درد نمی‌خورد، عقل ندارد و همه‌اش می‌خواهد شمع عشق را روشن کند، بنابراین دست از سرش برمی‌دارند. ماهی دیگر نماد انسان نادانی است که اصلاً حواسش نیست و همین‌طور در ذهن زندگی می‌کند و جهدی هم ندارد، او صیادها را دیده، یا مثلاً شنیده که مولانا می‌گوید اگر خودت را به حال خودت واگذاری و در ذهن زندگی کنی بالاخره پر از درد می‌شوی و در آتش درد سرخ خواهی شد اما توجه نمی‌کند و بالاخره صید شده و در ماهی‌تابه دردها سرخ می‌شود.

حدیث

«مُوتُوا قَبْلَ أَنْ تَمُوتُوا.»

«بمیرید، پیش از آن‌که بمیرید.»

توضیح حدیث:

یعنی قبل از این‌که حقیقتاً بمیرید و به زیر خاک بروید، نسبت به من‌ذهنی بمیرید.

هریکی ز آن قاصدان بس غصّه بُرد

که دریغا، ماهی بهتر بمُرد

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۷۵)

شکارچیان که قصد صید ماهی داشتند وقتی که دیدند آن ماهی مُرده‌است، بسیار غصه خوردند و با خود گفتند: حیف که بهترین ماهی مُرد.

شاد می‌شد او از آن گفت دریغ

پیش رفت این بازی‌ام، رستم ز تیغ

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۷۶)

بازی: حيله و نیرنگ.

آن ماهی از افسوس خوردن ماهیگیران شاد شد و پیش خود گفت: فتم درست پیش رفت؛ یعنی نقش مُرده را خوب بازی کردم، آن‌ها قبول کردند که من مُرده‌ام، بنابراین از تیغ آنان و از سرخ شدن در ماهی‌تابه دردهای این جهان رستم.

**نکته ۱:** قبل از ما من‌های ذهنی به این‌جا آمده‌اند و همه آن‌ها نماینده شیطان هستند. آن‌ها می‌خواهند کسانی را که وارد این جهان می‌شوند مثل خودشان کنند و آدم‌هایی مثل مولانا ما را نسبت به این موضوع بیدار می‌کنند.

**نکته ۲:** شما نگاه کنید به خودتان اگر پنجاه سال‌تان است، خواهید دید که در اثر گوش کردن به حرف‌های جامعه مقدار زیادی خودتان را زیر درد بُردید و کلی درد دارید. این دردها را شما درست کردید برای این‌که من‌ذهنی را این‌طوری تربیت کردند. یعنی جامعه من‌ذهنی را تربیت می‌کند، من‌ذهنی هم یعنی ایجاد درد و مسئله.

پس گرفتش یک صیادِ ارجمند

پس بر او تُف کرد و بر خاکش فگند

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۷۷)

صیادِ ارجمند: صیادِ ماهر و حاذق.

یک صیاد بلندمرتبه، او را از آب گرفت، بر او تُف انداخت و او را روی خاک پرت کرد. [تا شاید آن ماهی تکان بخورد و آن‌ها متوجه شوند که آیا واقعاً مُرده یا نه.]



## غَلَطَّطَان رَفْت پَنهَان اَندر آب مَاند آن اَحْمَق هَمی کَرْد اَضْطْرَاب

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۷۸)

آن ماهی نیمه عاقل، غلت‌غلطان و پنهان از چشم صیادان و مردم فضاگشایی کرد، خود را به آب انداخت، به سوی دریا رفت و جان خود را نجات داد اما آن ماهی احمق و نادان در حالی که مدام از روی ترس و اضطراب و دردهای من‌ذهنی‌اش تکان می‌خورد، در آن آبگیر باقی ماند.

## از چپ و از راست می‌جُست آن سَلیم

تا به جَهْدِ خویِش بَرهَانْد گَلیم

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۷۹)

سَلیم: در این‌جا به‌معنی احمق و کودن است.

آن ساده‌دل، از چپ و راست مدام این‌ور و آن‌ور می‌پرید تا شاید خود را به وسیلهٔ جهد و فکر خودش از آبگیر نجات دهد و گلیم خود را از آب بیرون آورد ولی نمی‌شد.

## دَام اَفکَنْدَنْد و اَندر دَام مَاند

اَحْمَقی او را در آن آتِش نَشَاند

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۸۰)

ماهیگیران دام افکندند و آن ماهی را گرفتند؛ احمقی او را به آتش دردها و هلاکت کشاند. **نکته:** هر کسی که در این جهان در دام همانیدگی‌ها و دردها گرفتار می‌شود نادان است. اما اگر عاقل یا نیمه‌عاقل باشد، با توجه به داستان سه ماهی در مثنوی، از ذهن بیرون می‌رود.

## بَر سِرِ آتِش، بَه پِشْتِ تَابِه‌ای

بَا حِمَاقْتِ گِشْتِ او هَم‌خَوَابِه‌ای

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۸۱)

آن ماهی در میان آتش در تابه قرار گرفت و یار و قرین حماقت و نادانی شد. [مولانا بستر این دنیا که پر از درد است را به تابه تشبیه می‌کند که انسان در حرارت زیاد و سوزان آن می‌سوزد.]

او همی جوشید از تَفِّ سَعیر  
عقل می‌گفتش: اَلَمْ یَأْتِکَ نَذیر؟  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۸۲)

تَفِّ سَعیر: حرارتِ سوزان.

آن ماهی احمق از حرارتِ آتشِ سوزان دردها می‌جوشید و عقلش در آن حال به او می‌گفت: «آیا هشداردهنده‌ای نزد تو نیامد؟»

**نکته:** ما هم اگر توی ذهن بمانیم، عمل نکنیم، حرف مولانا را نشنویم، جهد نکنیم، مسئولیت قبول نکنیم، گره‌های وزنه پایمان را خودمان باز نکنیم و حواسمان به خودمان نباشد، بیت‌های مولانا را نخوانیم و این‌ها جذب جانمان نشود، در این صورت در ماهی‌تابه دردهای این جهان سرخ خواهیم شد و همین حرف‌ها را خواهیم زد.

(قرآن کریم، سوره ملک (۶۷)، آیه ۶-۸)

«وَلِلَّذِينَ كَفَرُوا بِرَبِّهِمْ عَذَابُ جَهَنَّمَ ۖ وَبِئْسَ الْمَصِيرُ.»

«و برای کسانی که به پروردگارشان کافر شده‌اند عذاب جهنم باشد و جهنم بد سرانجامی است.»

«إِذَا أُلْقُوا فِيهَا سَمِعُوا لَهَا شَهيقًا وَ هِيَ تَفُورُ.»

«چون در جهنم افکنده شوند، به جوش آید و بانگ زشتش را بشنوند.»

«تَكَادُ تَمَيَّرُ مِنَ الْغَيْظِ ۖ كُلَّمَا أُلْقِيَ فِيهَا فَوْجٌ سَأَلَهُمْ خَزَنَتُهَا أَلَمْ يَأْتِكُمْ نَذِيرٌ.»

«نزدیک است که از خشم پاره‌پاره شود. و چون فوجی را در آن افکنند، خازنانش گویندشان: آیا شما را

بیم‌دهنده‌ای نیامد؟»

## او همی‌گفت از شکنجه وز بلا همچو جانِ کافران قَالُوا بلی

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۸۳)

او به علت این‌که دچار شکنجه و بلا شده بود، مانند جان کافران که می‌گفتند: بله، می‌گفت، بله. [البته که هشداردهنده و بیم‌دهنده آمد، البته که پیغمبران و اولیا، همین‌طور بزرگان و عارفانی مثل مولانا آمدند ولی ما گوش نکردیم و گفتیم که از آن‌طرف وحی نمی‌آید و شما بزرگان در گمراهی هستید.]

(قرآن کریم، سوره مُلک (۶۷)، آیه ۹)

«قَالُوا بَلَىٰ قَدْ جَاءَنَا نَذِيرٌ فَكَذَّبْنَا وَقُلْنَا مَا نَزَّلَ اللَّهُ مِن شَيْءٍ إِنْ أَنْتُمْ إِلَّا فِي ضَلَالٍ كَبِيرٍ.»

«گویند: چرا، بیم‌دهنده آمد، ولی تکذیبش کردیم و گفتیم: خدا هیچ چیز نازل نکرده‌است؛ شما در گمراهی بزرگی هستید.»

## باز می‌گفت او که گر این بار من وارهم زین محنتِ گردن‌شکن

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۸۴)

آن ماهی یا انسانی که من ذهنی دارد با خودش می‌گفت، اگر این بار از این رنج و درد گردن‌شکن رهایی پیدا کنم.

[ادامه در بیت بعد]

## من نسازم جز به دریایی وطن آبگیری را نسازم من سکن

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۸۵)

سکن: ساکن شدن، آرمیدن، جای گرفتن در خانه.

من به جز دریا، به جز فضای یکتایی در هیچ جای دیگر وطن نخواهم گزید و هرگز در آبگیر ذهن منزل نخواهم کرد.

**نکته:** بهتر است که ما نیمه‌عاقل بشویم و بالاخره خودمان را به مُردگی بزنیم تا صیادان نتوانند از ما استفاده کنند و خودمان را به آب بسپاریم تا به دریا برسیم. اگر عاقل نیستیم، دیگر ماهیِ احمق نشویم.

## آبِ بی‌حد جویم و آمن شوم تا ابد در امن و صحت می‌روم

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۸۶)

من دیگر به برکهٔ ذهن قناعت نمی‌کنم، بلکه آب اقیانوسِ یکتایی را می‌جویم و در این فضای بی‌نهایت باز که منزل اصلی‌ام است، در امنیت، آسایش و سلامتی تا ابد ساکن می‌شوم.

## جهدِ فرعونِ چو بی‌توفیق بود هرچه او می‌دوخت، آن تفتیق بود

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۸۴۰)

تفتیق: شکافتن.

از آن‌جایی که جهدِ فرعونِ یعنی تلاش با عقل من‌ذهنی و مرکز جسمی، امری بی‌توفیق و بدون موفقیت است و هر کاری کند ایجاد درد خواهد کرد، پس هرچه را انسانِ همانیده با سبب‌سازی ذهنش بدوزد، در نهایت توسط زندگی شکافته شده و از بین می‌رود؛ چراکه او با عقل من‌ذهنی و هشپاری جسمی عمل کرده‌است. [مثلاً اگر انسان با من‌ذهنی رابطه یا شغل خوبی به دست آورد که واقعاً برکت داشته باشد تا از طریق آن به خوشی‌های این‌جهانی برسد، هیچ یک از این‌ها به نتیجه نخواهد رسید.]

«بیت هندسی»

## که تائی هست از رحمان یقین هست تعجیلت ز شیطان لعین

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۴۹۷)

تائی: آهستگی، درنگ کردن، تأخیر کردن.

زیرا این صبر، درنگ و فضاگشایی حتماً از طرف خداوند است و بدین معنی‌ست که نیرو و کن‌فکانِ خداوند کار می‌کند و عجله، اضطراب، سؤال کردن و بحث کردن برای آن چیزی که زود می‌خواهی به آن برسی، از شیطان است.

کاین تائی پرتو رحمان بُود  
وآن شتاب از هزه شیطان بُود  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۹)

تائی: آهستگی، درنگ کردن، تأخیر کردن.  
هزه: تکان دادن، در این جا به معنی تحریک و وسوسه.  
درنگ کردن، فضاگشایی، صبر و حزم نشانه تابش نور خداست. معمولاً هر کاری در ذهن می‌کنیم از روی شتاب است. این شتاب از وسوسه و نیروی محرکه شیطان و نماینده‌اش در ما، من‌ذهنی است.

حدیث

«التَّائِي مِنَ اللَّهِ وَالْعَجَلَةُ مِنَ الشَّيْطَانِ.»

«درنگ از خداوند است و شتاب از شیطان.»

زان‌که شیطانش بترساند ز فقر  
بارگیر صبر را بکشد به عقر  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۰)

بارگیر: حیوانی که بار حمل می‌کند؛ مرکوب، کجاوه.  
عقر: پی کردن؛ بُردن دست و پای شتر به منظور ذبح و نحر او.  
برای این‌که شیطان انسان را از فقر یعنی از دست دادن همانیدگی‌ها می‌ترساند، بنابراین بارگیر صبر را فلج کرده، پاهایش را می‌شکند و انسان نمی‌تواند صبر کند. [صبر در این جا به بارگیر تشبیه شده است یعنی برنده بار است.]

## از نُبی بشنو که شیطان در وعید

می‌کند تهدیدت از فقرِ شدید

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۱)

نُبی: قرآن.

از قرآن بشنو که شیطان تو را از آینده می‌ترساند و می‌گوید در آینده دچار فقر شدید خواهی شد؛ یعنی اگر شروع به تکان دادن همانیدگی‌ها و شناسایی آن‌ها کنی، نگران می‌شوی و می‌ترسی، چون هنوز در ذهن هستی ولی اگر ترسیدی باید با ترست روبه‌رو شوی و آن را رها کنی و از تحریکات شیطان نترسی.

(قرآن کریم، سوره بقره (۲)، آیه ۲۶۸)

«الشَّيْطَانُ يَعِدُكُمُ الْفَقْرَ وَ يَأْمُرُكُم بِالْفَحْشَاءِ وَ اللَّهُ يَعِدُكُم مَّغْفِرَةً مِنْهُ وَ فَضْلًا وَ اللَّهُ وَاسِعٌ عَلِيمٌ.»

«شیطان شما را از بینوایی می‌ترساند و به کارهای زشت وامی‌دارد، درحالی‌که خدا شما را به آمرزشِ خویش و افزونی وعده می‌دهد. خدا گشایش‌دهنده و داناست.»

### توضیح آیه:

ما نباید از بی‌نوایی من‌ذهنی که ما را تهدید می‌کند بترسیم. خدا می‌گوید فضا را باز کنید، اندازه من شوید و مرتب به سوی بی‌نهایت من میل کنید.

## تا خوری زشت و بری زشت از شتاب

نی مروّت، نی تائی، نی ثواب

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۲)

مروّت: جوان‌مردی.

شیطان تو را می‌ترساند تا هر همانیدگی و هر چیز زشتی که می‌بینی را با شتاب و عجله در گونی ذهنت بگذاری و با آن همانیده شوی که نکند دیگران آن چیزها را ببرند و به تو نرسد؛ بنابراین مروّت، انصاف، تائی، تأمل و حزم‌نداری و به دنبال کار خیر و ثواب آخرت یعنی فضاگشایی و تبدیل شدن نیستی.

## لاجرَم کافر خورد در هفت بطن دین و دل باریک و لاغر، زفت بطن

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۳)

لاجرَم: ناچار.

بطن: شکم.

زفت: درشت، فربه.

به ناچار من ذهنی کافر که برحسب همانیدگی‌ها عمل می‌کند با هفت شکم و تا آنجا که مقدور است و زورش می‌رسد می‌خورد و همانیدگی انباشته می‌کند، بنابراین دین و دل او که فضای گشوده شده است باریک و لاغر است اما شکم یا مرکزش که پُر از همانیدگی‌ست خیلی بزرگ و فربه است.

## بی‌نهایت حضرت است این بارگاه

صدر را بگذار، صدرِ توست راه

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۹۶۱)

بارگاه خداوند و باز کردن فضای درون بی‌نهایت است؛ یعنی این ورزش معنوی و کار روی خود و راهی که تو برای یکی شدن با او می‌روی، اِلَى الْأَبَدِ ادامه دارد. تو در ذهن خود هیچ مقصدی را تعیین نکن و اگر هنوز زنده نشده‌ای ابیات را تکرار کن که مقصد تو همین راه و پیشرفت تو در هرچه بیشتر تبدیل شدنت به خاصیت نور و خوی خداوندی‌ست، چراکه ما جایی نخواهیم رسید و این عمق داشتن تا همیشه ادامه دارد.

«بیت هندسی»

**نکته:** بعضی‌ها نمی‌توانند از ذهن خارج شوند، در یک مرحله‌ای از تغییرشان فکر می‌کنند که به آن جایی که باید می‌رسیدند رسیده‌اند، در نتیجه متوقف می‌شوند.



ای مرغ آسمانی آمد گه پریدن  
وی آهوی معانی آمد گه چریدن  
ای عاشق جریده بر عاشقان گزیده  
بگذر ز آفریده بنگر در آفریدن  
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۰۲۹

کارگروه  
خلاصه نویسی  
برنامه های گنج حضور

منابع: برنامه ۱۰۱۵ گنج حضور (استاد پرویز شهبازی)  
کتاب های تفسیر مثنوی (استاد کریم زمانی)  
با تشکر: کارگروه خلاصه نویسی متن برنامه های گنج حضور

پایان